









افلام والترويض

تقدم

بيتر بان

في

العودة إلى

# أرض الأبطال



ها هو يأتي من جديد الشخصية الخيالية المحبوبة "بيتر بان" في فيلم "العودة إلى أرض الأبطال" المليء بالمغامرات المرح والخيال.

يقدم لنا فيلم "بيتر بان - العودة إلى أرض الأبطال" الرحلة إلى أرض الأبطال التي تقوم بها "جاين" ابنة "وندي" والتي في غمرة تركيزها على كيفية الحياة بعد الدمار الذي أصاب مدينة لندن عقب قارة جوية. لم تعد تؤمن بالخيال، اللعب وكل ما يتعلق بـ "بيتر بان" من أساطير صديق ثقة ومسحوق سحري.



كان على "جاين" أن تواجه حقيقة وجود الخيال وذلك عندما يقوم "كاشف هوك" عن طريق الخطأ باختطافها وإحضارها إلى أرض الأبطال يقوم "بيتر بان" باللقاء

"جاين" من بين قبضة القراصنة ويحاول أن يجعلها تكتشف ما في أرض الأبطال من سحر وعجائب ولكن كل اهتمامها كان في كيفية العودة إلى أرض الواقع إلى بيتها.

ولكن للعودة إلى المنزل كان التزاماً على "جاين" أن تطير ولتحقيق ذلك يجب أولاً أن تؤمن بهذه الفكرة. على "بيتر بان"، "ثقة وربة" والأطفال التائهين أن يساعدوا "جاين" على اكتشاف معاني السرح والسحر في حين عليها أن تؤمن بالخيال.



الهدف الرئيسي لفيلم "العودة إلى أرض الأبطال" شد انتباه الجميع على اختلاف أعمارهم إلى أهمية الخيال وقوة الإيمان في مواجهة



المحن. يستعيد المشاهدون على مدار الأحداث جميع الشخصيات المحبوبة لديهم بدءاً من "بيتر بان" (الولد الذي لا يكبر)، مروراً بـ "قنّة ورنّة" (ومسحوقها السحري المشهور)، الأطفال النابضين (كابي، نقل، هداوة، ذو توينز والتوأم، أتباع بيتر بان المخلصين) ووصولاً إلى "كابتن هوك" (زعيم القراصنة الحقود) و"استاذ سامي" (مساعد كابتن هوك الأمين) وكذلك بعض الشخصيات الجديدة التي تظهر في أرض الأحلام الخالدة.



## مسابقة بيتر بان في العودة إلى أرض الأحلام



السؤال:

**في فيلم "العودة إلى أرض الأحلام"، من هي ابنة  
وندي التي لم تعد تؤمن باللعب والخيال؟**

كيفية المشاركة في المسابقة: أجب على سؤال المسابقة في الكوبون أدناه. اكتب اسمك الثلاثي وعنوانك كاملاً وبخط واضح. قم بملء الكوبون وأرسله قبل ١٥ مايو / ٢٠١٣. إلى العنوان التالي: مسابقة "بيتر بان"، ص.ب. ٩٢٢٧، دبي، الإمارات العربية المتحدة. يحصل الفائزون على شريط فيديو بيتر بان.



الإجابة: \_\_\_\_\_

الاسم: \_\_\_\_\_

البريد الإلكتروني (إن وجد): \_\_\_\_\_ العمر: \_\_\_\_\_

العنوان: \_\_\_\_\_

التليفون: \_\_\_\_\_





### ضعف

الأستاذ: طلبت منك أن تكتب مئة مرة «أنا ضعيف في اللغة العربية» فلماذا كتبتها خمسين فقط؟  
الطالب: لأنني ضعيف في الحساب أيضًا!

### عطلة

المتسول: أعطني شيئًا أسعد به الأولاد! المدرس: أخبرهم أن غدًا عطلة!



### معدور

السيدة: لماذا لم تحضر أمس لإصلاح الكهرباء في المنزل؟  
الكهربائي: لقد حضرت وظللت ساعة أضرب الجرس بدون أن يرد أحدا!



### سبب وجيه

الأول: هل نمت جيدًا؟  
الثاني: نعم!  
الأول: وماذا رأيت في المنام؟  
الثاني: لم أر شيئًا فقد كنت نائمًا!

### حماقة

الأول: أنت تستحق لقب أكبر أحمق في العالم!  
الثاني: لماذا؟ هل اعتزلت أنت؟

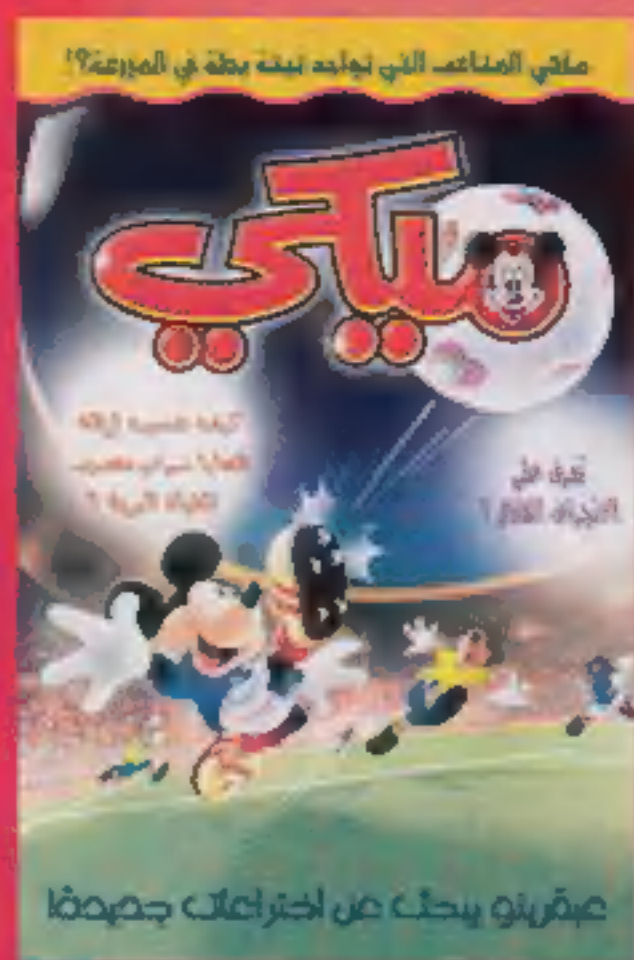
### أحلام

الأول: حلمت أمس أن شوكة دخلت في قدمي!  
الثاني: حتى لا تنام مرة ثانية بدون حذاء!



# معکم کل خمیس

مجله



أغرب المعلومات

يعطي المغامرات



أطرف المواقف



★ مرح ★ تسليية ★ ثقافة

كل هذا وأكثر في

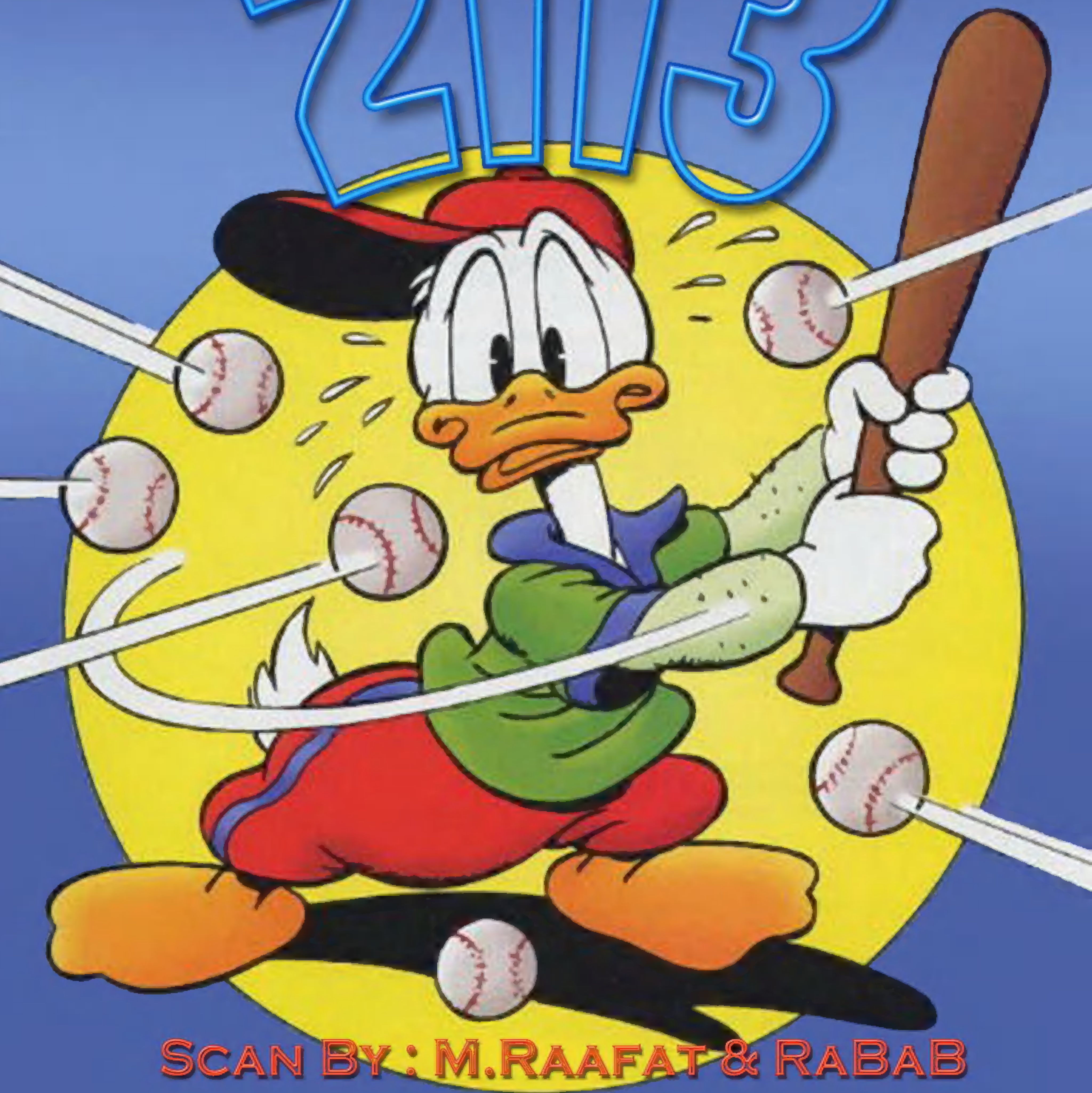


مجلة  
ميني



# BLUE BIRD

# 2013



SCAN BY : M.RAAFAT & RABAB



# Arab Comics.net



M.Raafat

هذا العمل هو لعشاق الكوميكس . و هو لغير اهداف ربحية و لتوفير  
المتعة الادبية فقط . . رجاء حذف الملف بعد قراءته و شراء النسخة  
الاصلية المرخصة عند نزولها الاسواق لدعم استمراريتها . .

\*\*\*\*\*

This is a Fan Base Production . not For Sale or Ebay ..

Please Delete the File after Reading and Buy the Original

Release When it Hits the Market to Support its Continuity ..





من سيرت مزرعة «تيتة بطة»؟ • 10 طرق للتخلص من المصيبة!

# ميني

٥٢

السنة الرابعة  
العدد الثاني والخمسون  
Minnie Magazine  
Al-Qabas publication  
Issue No.52

بالداخل  
مسابقة جديدة!

«نظوظة» نبحى عده عمدا! • كيف يعكز لغذاؤك أن يتحكم في مزاجك؟! •

ميني

الكويت: ١ دينار، السعودية: ١٠ ريالات، الامارات:  
١٠ دراهم، البحرين: ١ دينار، سلطنة عمان: ١ دينار،  
قطر: ١٠ ريالات، لبنان: ٤٠٠٠ ليرة، الاردن: ١٠٢ دينار



# إكراد



مجلة





## تخلصي من عصيتك

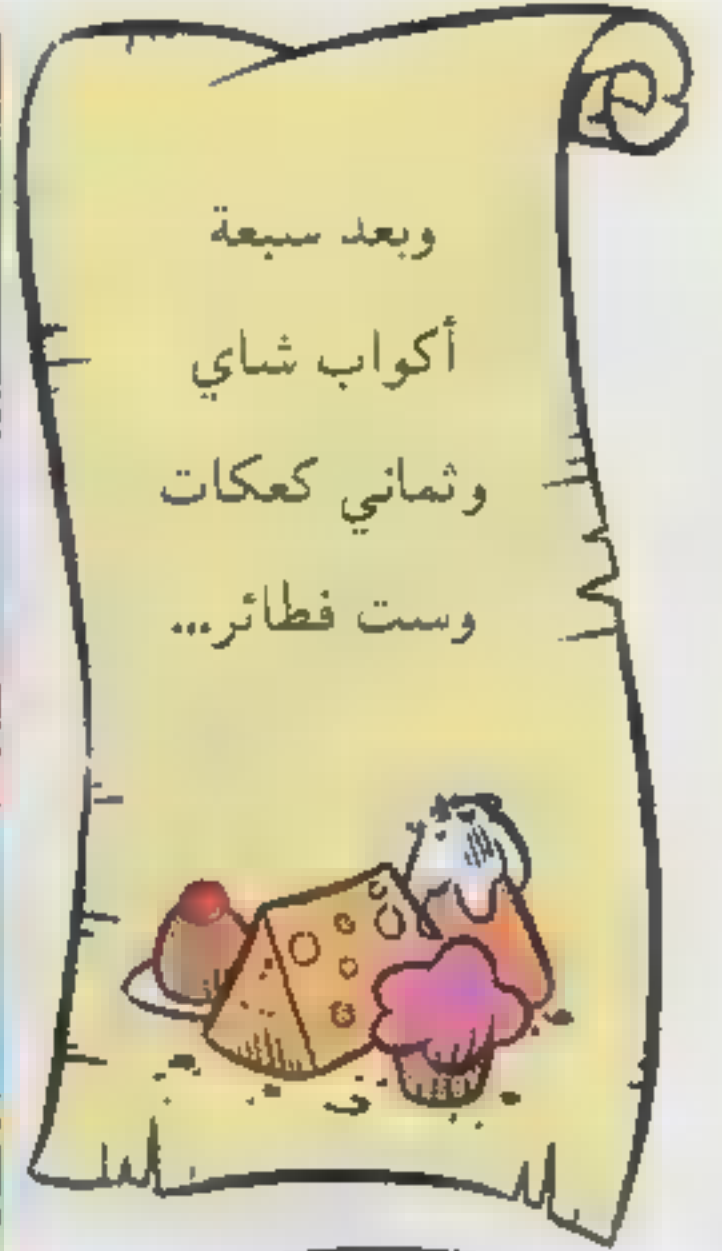




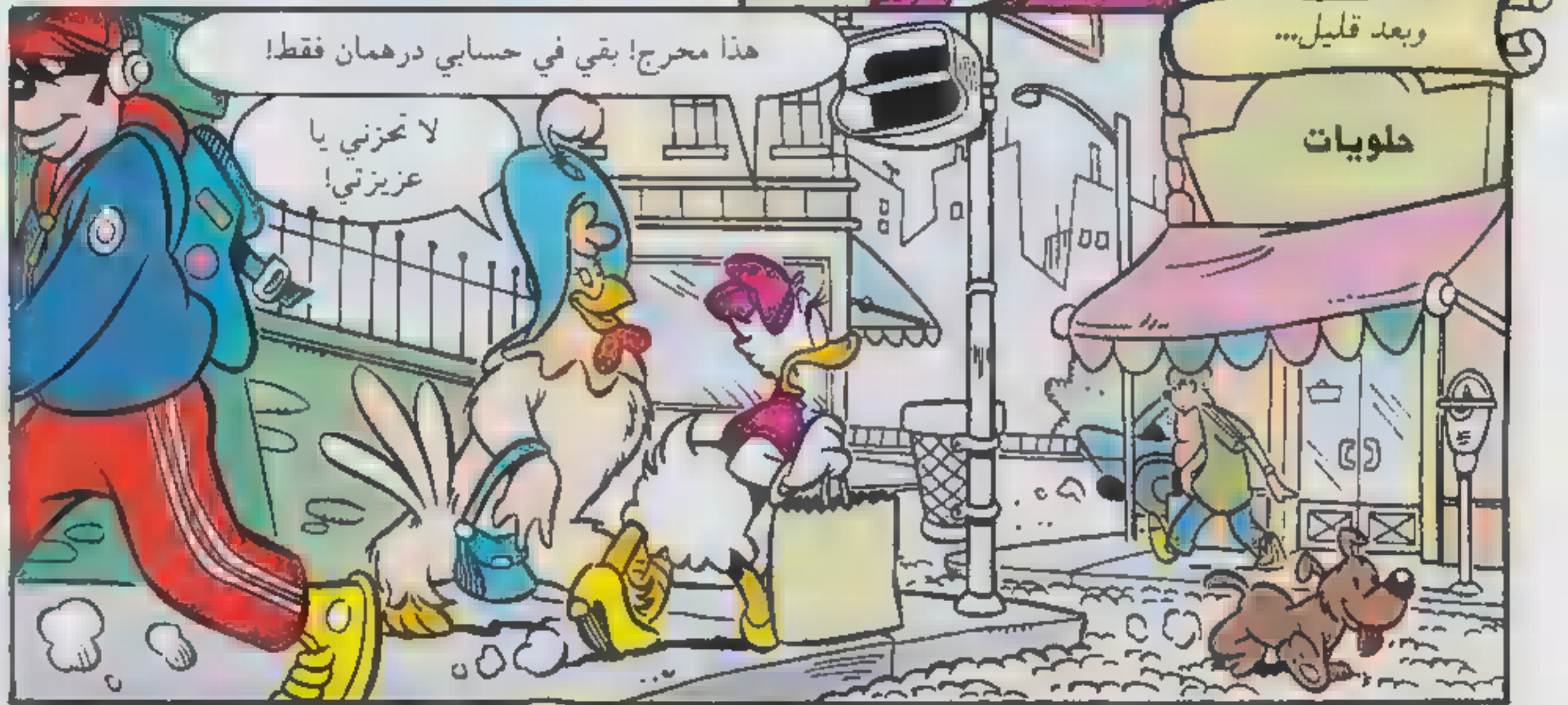
# وكالة الأصدقاء



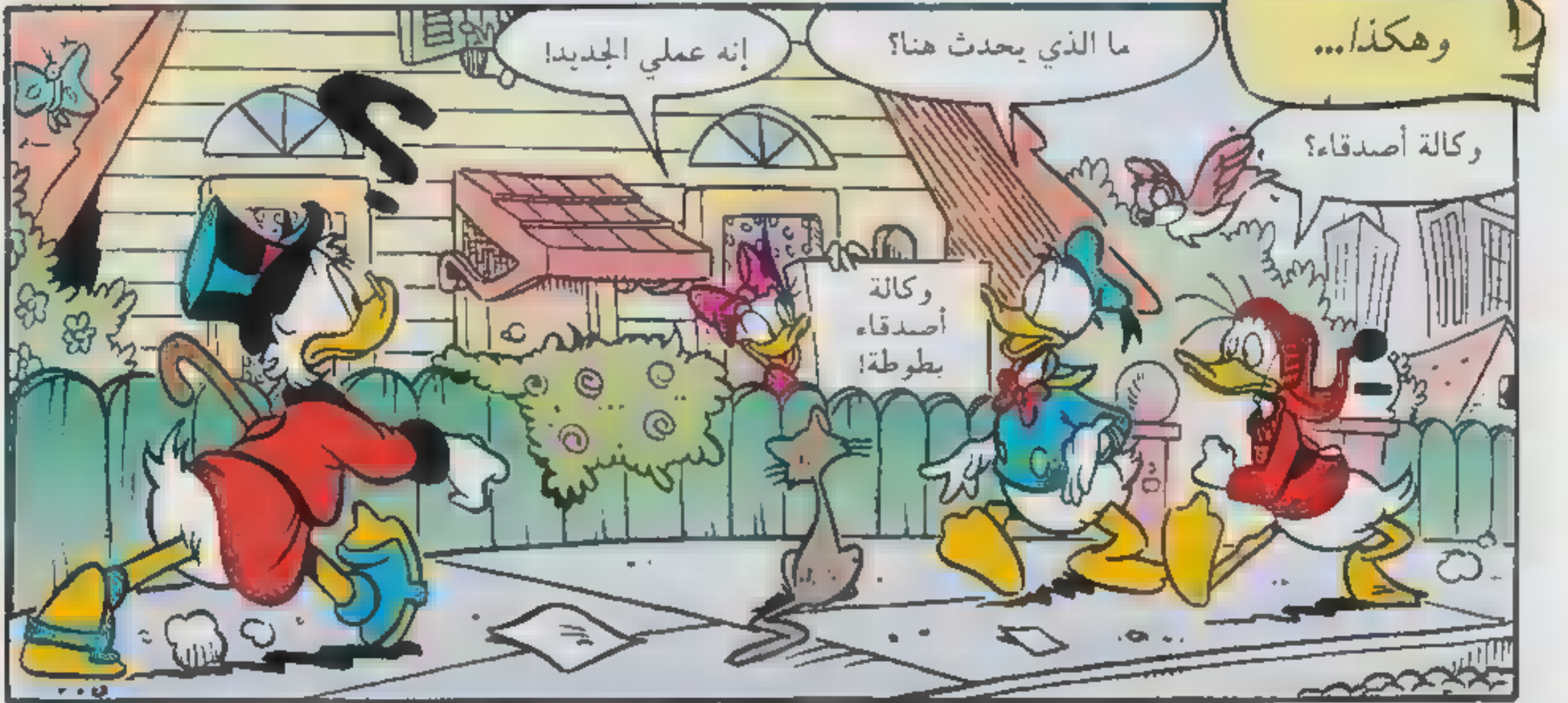
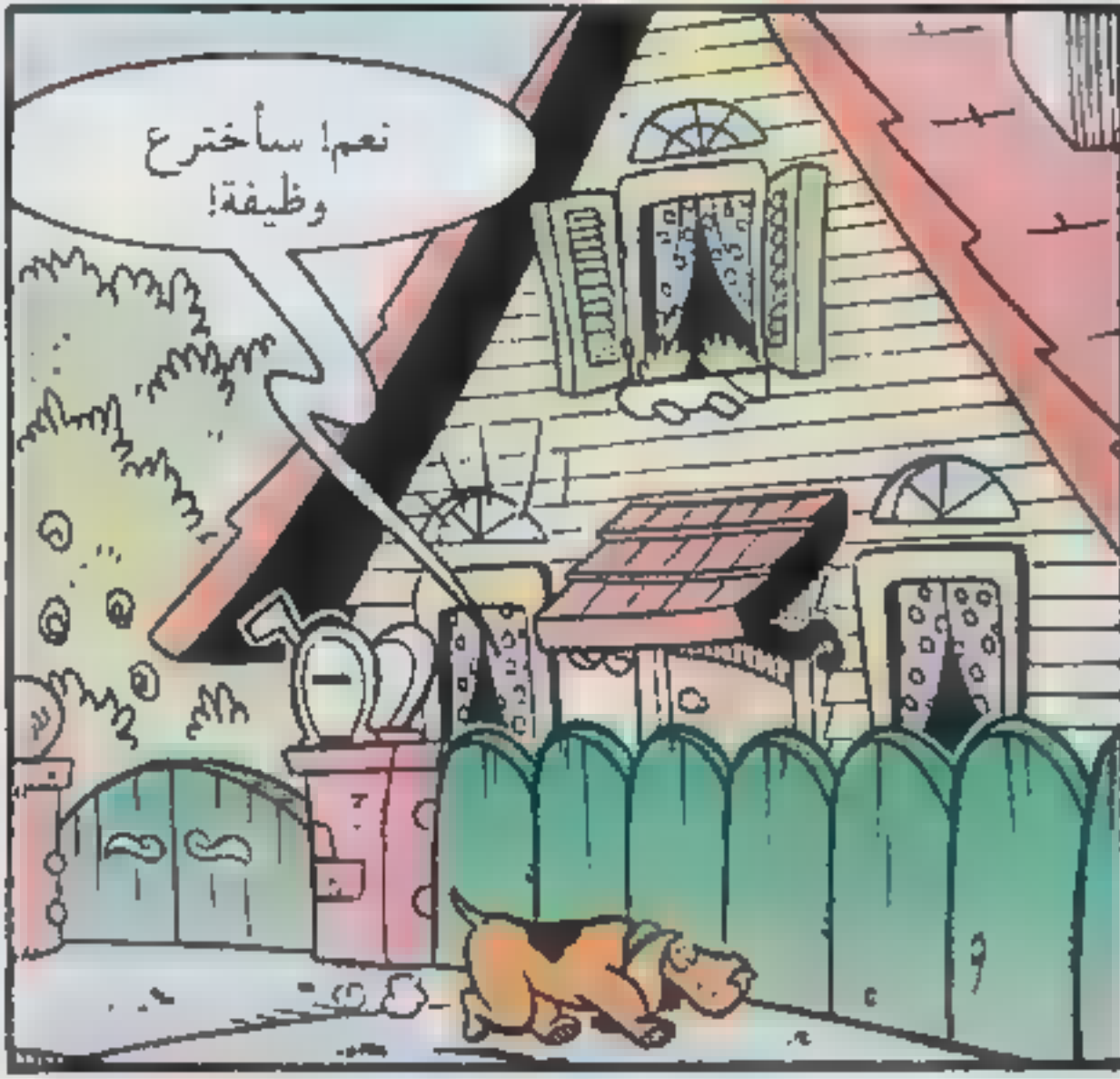


















أرى أنك متشوقة لرؤية مجموعة من تحف  
القرن العشرين!



تعرفت علي! جيد!

إذا أنت...



هذه مقطوعة مدتها ٦ ساعات منذ الثورة  
الفرنسية!



في أيامي كان هذا فنا! في أيامي كان إلخ...  
إلخ...



يا لها من أغنية! «منذ أربعين دقيقة وهي  
تمشط شعرها أمام المرأة»!





وأخيراً...

انتهيت! خسارة! يجب أن  
أحيي مؤلف هذه المقطوعة!

تعالى يا عزيزتي! دعينا نتعرف على ذوقك!

سأفرض عليها  
رسوماً إضافية!

مثلو هذه الأيام ليسوا موهبين! «عادل همام»  
و«محمد جنيدى»...

نعم! نعم!

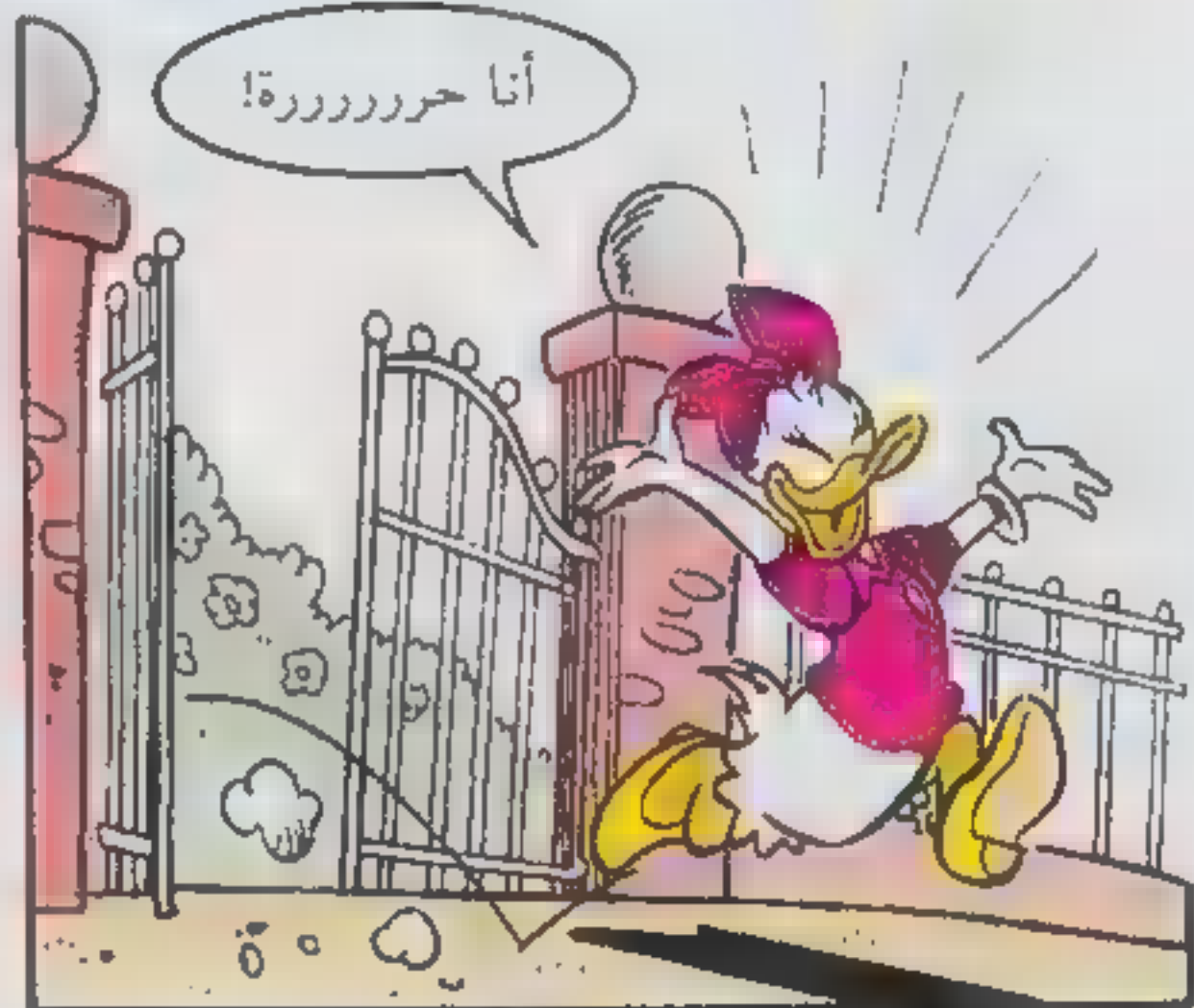
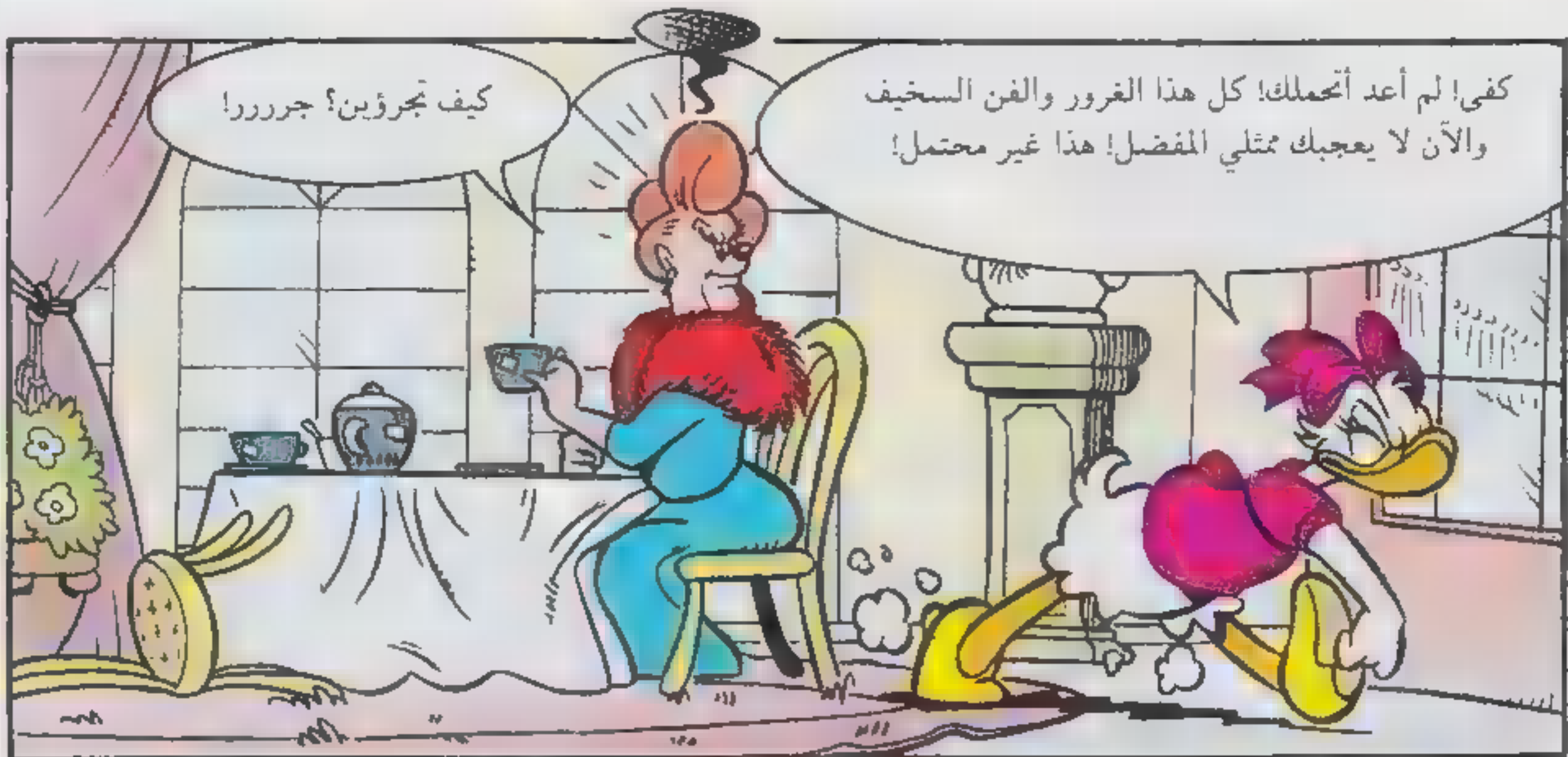
أفلام هذه الأيام بشعة! مليئة  
بالمؤثرات الصوتية!

وذلك الطفل «خالد  
عدوي»...

لو قالت شيئاً عن «خالد  
عدوي»!

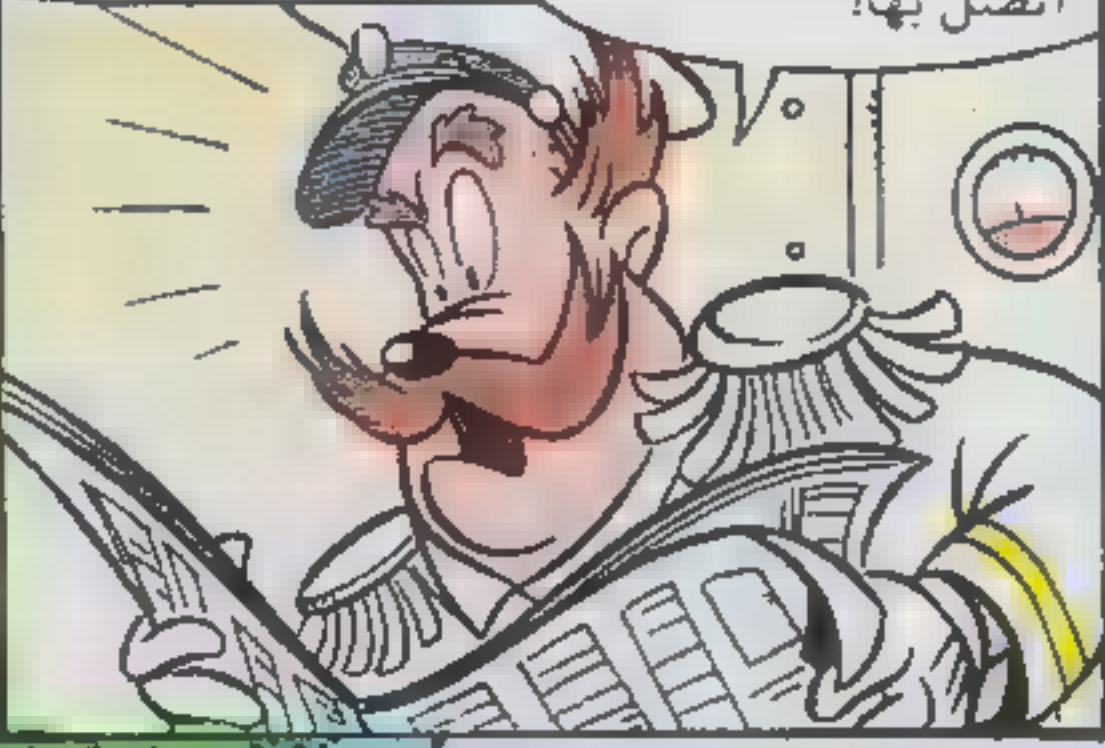
لقد فعلتها!  
تكلمت عنه!







هه؟ وكالة الأصدقاء... «بطوطة» إلخ... من  
اتصل بها!



والآن لنقرأ عن حرب  
العصابات في العالم!



وهكذا...

الجنرال كان شخصاً مهماً في  
وزارة الدفاع! منزله يدل عليه!



النظام والالتزام هما الأهم هنا!

هه؟

بوف



البحارة «بطوطة»! تم قبولها كمجندة  
جديدة!

شكراً يا قبطان!







يتبع في الصفحة ١٦



# غفلك يتد



هل تساءلت يوماً عن علاقة الطعام الذي نتناوله بحالتنا النفسية ومشاعرنا؟ الكثيرون لا يتخيلون وجود ارتباط بين الشعور بالراحة والطمأنينة وبين أنواع الطعام المختلفة.

## الألياف الغذائية

توصل العلم إلى أن تناول كمية كبيرة من الألياف والحبوب في الإفطار يسبب انخفاض الشعور بالإرهاق بنسبة ٢٠٪. وأبسط الطرق للحصول على ما نحتاجه من الألياف يومياً هو تغيير مأكولاتنا، فبدلاً من الخبز الأبيض لنأكل الخبز الأسمر والمعجنات المصنوعة من القمح الكامل. كما يجب تناول الفواكه والمكسرات والخضروات الطازجة بين الوجبات بدلاً من الحلويات. ومن المهم إضافة الفواكه إلى وجبة الإفطار، وإضافة البقول إلى الوجبات الأخرى كالعدس والبقول، واحتساء أنواع مختلفة من الحساء. إن هذه التغييرات البسيطة لها نتائج كبيرة في التخلص من الاضطرابات المعوية التي تسبب الشعور بالألم والإرهاق والكسل وما يترتب على ذلك من شعور بالضيق.

## الدهون

الشعور بالكسل والإرهاق والضيق مرتبط أيضاً بتناول المأكولات التي تحتوي على كمية كبيرة من الدهون. والسبب هو أن الدهون يسبب إبطاء وأضعافاً في عملية الهضم، كما أن الجسم يحتاج إلى وقت طويل لكي يجني من الدهون أي مستوى من الطاقة. ومن ثم فإن الأطعمة الدسمة، التي تزيد نسبة الدسم فيها عن ٥٪ بواقع كل ١٠٠ جم، تصبح مسؤولة عما نعانيه من إرهاق وضيق وشعور بالنعاس.

## إهمال وجبة الإفطار

في غير شهر رمضان، يجب أن نبدأ صباحنا كل يوم عقب فترة صيام طويلة تصل إلى ٨ ساعات أمضيناها في النوم بوجبة الإفطار. لأن عدم تناول هذه الوجبة يسبب انخفاض معدلات السكر في الدم. ومن ثم فإن تناول وجبة الإفطار أمر بالغ الأهمية، ولكن نصف نساء العالم لا يعبان كثيراً بها. إن إهمال الفطور يعرض الإنسان لانتكاسة في مستوى الطاقة في فترة الظهيرة الأمر الذي يدفعه إلى الإقبال على وجبات غنية بالسكر والدهون وغير صحية.

إن جميع الأبحاث والدراسات تحتم ضرورة تناول وجبة الإفطار لتجنب الشعور بالكسل.



# كم فجب مزاجك

## الماء

أي انخفاض ولو بسيط في مستوى السوائل في الجسم يؤثر في أداء الوظائف العضوية والعقلية فتشعر في الحال بالتوتر والتعب. إن الشعور بالعطش هو تنبيه من الجسم بأنه يعاني من حالة جفاف، لذلك يجب تناول ثمانية أكواب من الماء يومياً، وهي كمية بسيطة تجعلنا منبهين ويقظين.

## النشويات

منها الخبز الأسمر والأرز الأسمر، وهي تعوض الجسم عن الطاقة المفقودة بسرعة، كما أنها تزيد من إفراز هرمون «السروتونين» المعروف باسم هرمون السعادة، لذلك تعد النشويات أغذية محسنة للمزاج.

## الفواكه والخضروات

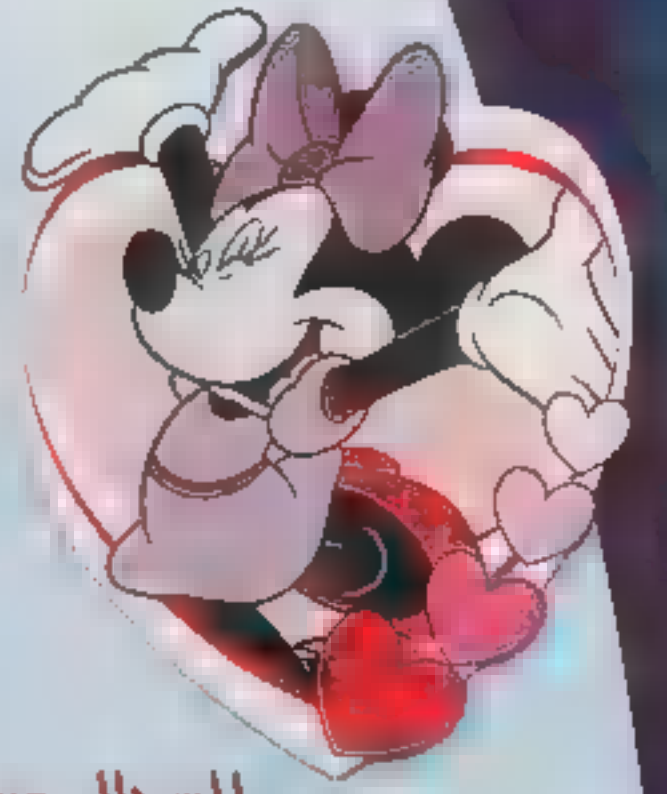
للتوتر آثار خطيرة على أجسامنا منها إضعافه لجهاز المناعة، مما يجعلنا عرضة للإصابة بالميكروبات؛ لذلك يجب تناول الكثير من الفواكه والخضروات لأنها مليئة بمضادات الأكسدة التي تلعب دوراً مهماً في حماية جهاز المناعة، وبالتالي شعورنا بالحيوية.

وبعض الفواكه يحتوي على أكثر من غيره على مضادات الأكسدة مثل: العنب، الكمثرى، الزبيب، التوت الأسود، الفراولة، البرتقال، والأناناس الذي يحتوي على مستوى مرتفع من الماغنسيوم، وهو مفيد لجهاز المناعة.

أما أفضل الخضروات التي تحتوي على مضادات للأكسدة فهي: السبانخ، البروكولي، الطماطم، الجزر.



# أنواع



السحالي من طائفة الزواحف التي تشمل أيضاً الحيات والملاحف والتماسيح وغيرها. والسحالي مختلفة الألوان والأطوال، فبعضها لا يتجاوز بضعة سنتيمترات في حينه يصل طول بعضها كالسحلية ذات الأغشية إلى نحو متر. ومن خلال الأسطر التالية سنتعرف على السحالي وأنواعها وطريقة عيشها ووسائل الدفاع عن نفسها، إضافة إلى أماكن عيشها، والاختلافات التي تتميز بها عن الأفاعي لأن بعض أنواعها شديد الشبه بالأفاعي حتى إن بعض الناس يظنه نوعاً من الأفاعي ولكنه في الحقيقة سحلية وتسمى السحلية الزجاجية.. تعالوا معنا لنتعرف عليها:

## السحلية ذات الأغشية

نوع من السحالي يعيش في المناطق المدارية شمالي استراليا، وهي تنمو ليصل طولها إلى حوالي متر واحد، وتتميز بوجود غشاء ملون حول عنقها. وعند الانزعاج تصدر فحيحاً مرتفعاً يُظهر الخطوط الصفراء اللامعة لقمها، وتمتد غشاء عنقها. وإذا لم يجد هذا نفعا ضد الحيوان المعادي جرت مبتعدة بسرعة على رجليها الخلفيتين، رافعة رجليها الأماميتين وذيلها في الهواء.

## السحلية ذات القرون

اسم لأربعة عشر نوعاً من سحالي أمريكا الشمالية يسمونها في الغالب العلجوم الأقرب أو العلجوم القرني، لأن لأجسامها شكلاً مسطحاً شبه علجومي.

تنمو السحالي ذوات القرون ليصل طولها من ٦,٥ إلى ١٦,٥ سم. وتغطي أجسام السحالي أشواك حادة. وتبرز أشواك شبه قرنية من خلف رؤوسها، تقوم بحمايتها من الحيوانات المهاجمة. وعند مهاجمتها، تنبجس من عيون السحالي ذات القرون، في بعض الأحيان، دفعات من الدماء. وهذه المقدرة تساعد على صد أعدائها مثل القيوط.

تعيش السحالي ذوات القرون في الصحاري والأقاليم الجافة في كندا والمكسيك والولايات المتحدة. وتشبه ألوانها البيئة المحيطة بها مما يجعل الكشف عنها صعباً. تتحرك هذه السحالي ببطء، وتتغذى في الأغلب بالحشرات، خاصة النمل. وفي معظم الأنواع تضع الإناث بيضاً، وفي أنواع قليلة، يولد الصغار أحياء.





# السحالي

## السحلية الزجاجية

نوع من السحالي عديمة الأرجل، عثر عليها في جنوب شرقي أوروبا وإفريقيا وآسيا وجنوبي شرقي الولايات المتحدة الأمريكية والمسيك. يبلغ طولها حوالي ٦٠ سم بدون الذيل، الذي قد يبلغ طوله ضعف طول الجسم. وذيلها ضعيف، وتستطيع الحيوانات التي تتغذى بهذا الحيوان قطعه بسهولة. ويقوم الذيل المقطوع بحركات التوائية تشد انتباه المهاجم للسحلية مما يمكنها من الهرب.

تنشط السحلية ليلاً. وتعيش السحلية الزجاجية فوق سطح الأرض، وتستطيع حفر جحر لها في التربة المفككة. تضع السحالي البيض، وتقوم الأنثى في بعض الأنواع بحراسته حتى يفقس. قد يظن بعض الناس السحالي الزجاجية من الثعابين، وقد يطلقون عليها اسم الأفاعي الزجاجية ولكن السحالي الزجاجية تختلف عن الثعابين لأنها تتميز بجفون متحركة وفتحات أذن خارجية أو ذيل ضعيف قابل للانفصال عن الجسم، تتغذى هذه السحالي بالحشرات والحلزون وأنواع أخرى من السحالي.

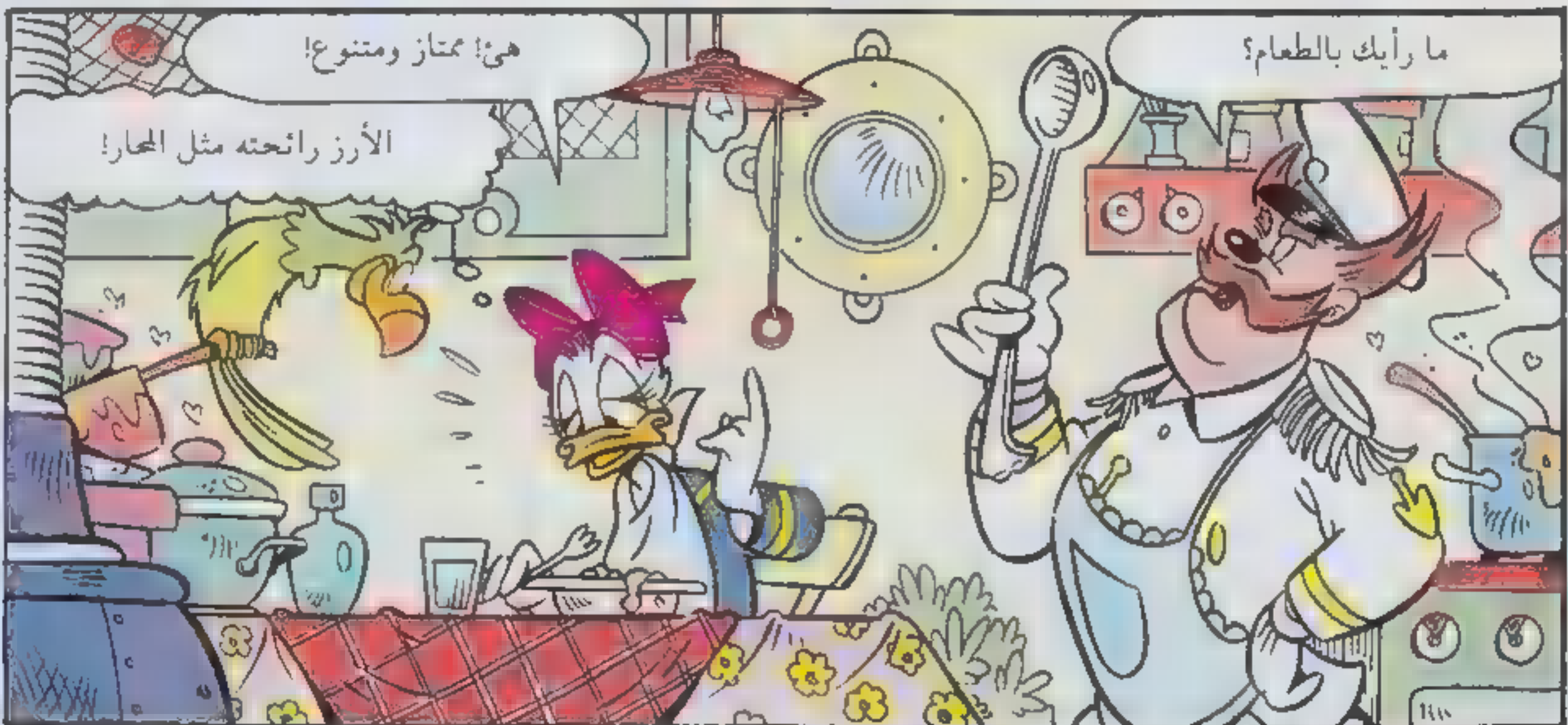
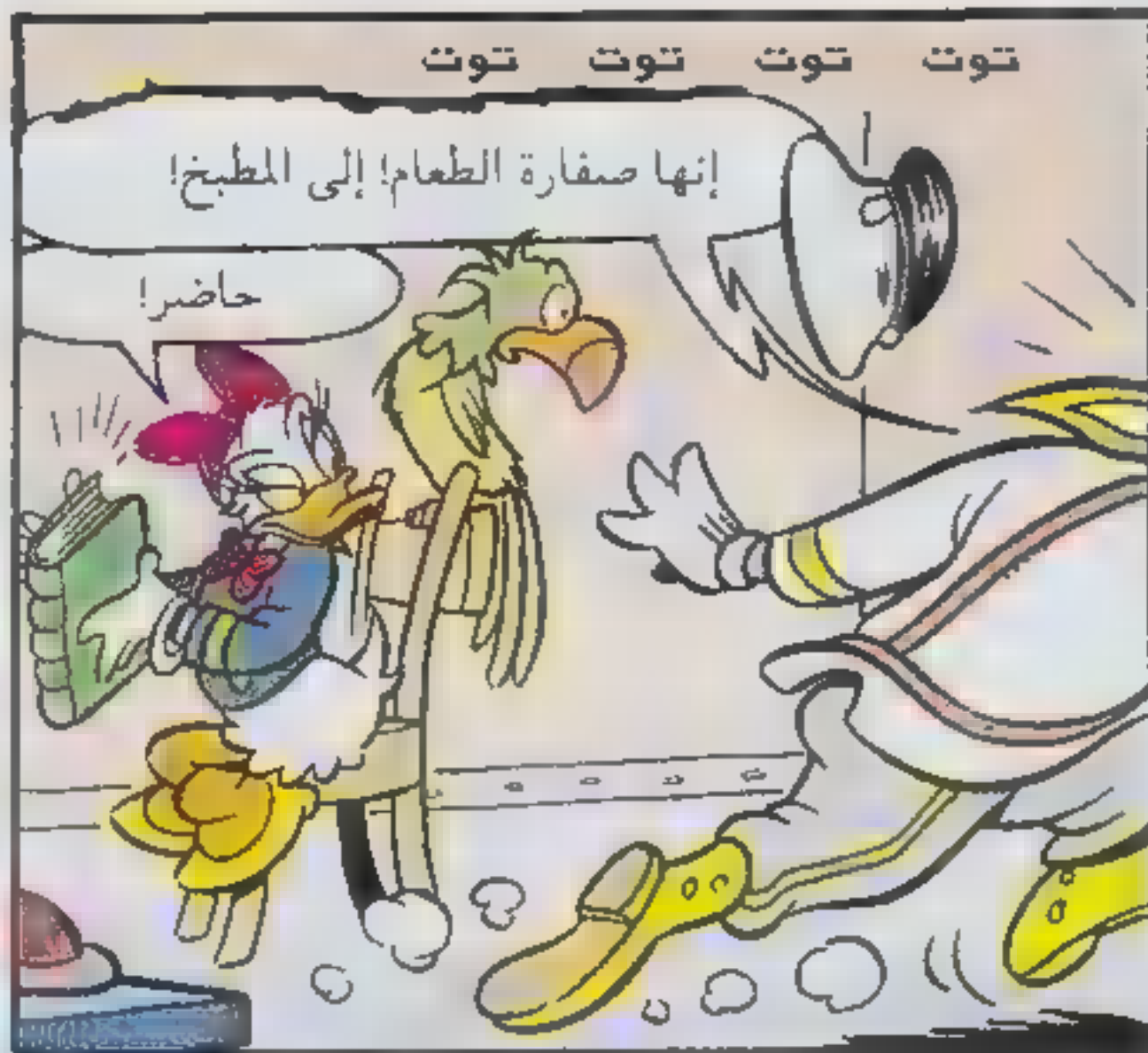
## السحلية السريعة

اسم يطلق على نوع صغير وسريع الحركة من السحالي التي تعيش في المناطق الجافة والدافئة من الولايات المتحدة والمسيك وأمريكا الوسطى. وهذه السحالي تغطيها القشور الإبرية العادية والعديد منها يكسو بطنه اللون الأزرق الفاتح، ولذلك تسمى في بعض الأحيان ذوات البطون الزرقاء. تقتات هذه النوعيات من السحالي الحشرات وتتكاثر بوضع البيض وبعضها بولادة الصغار.

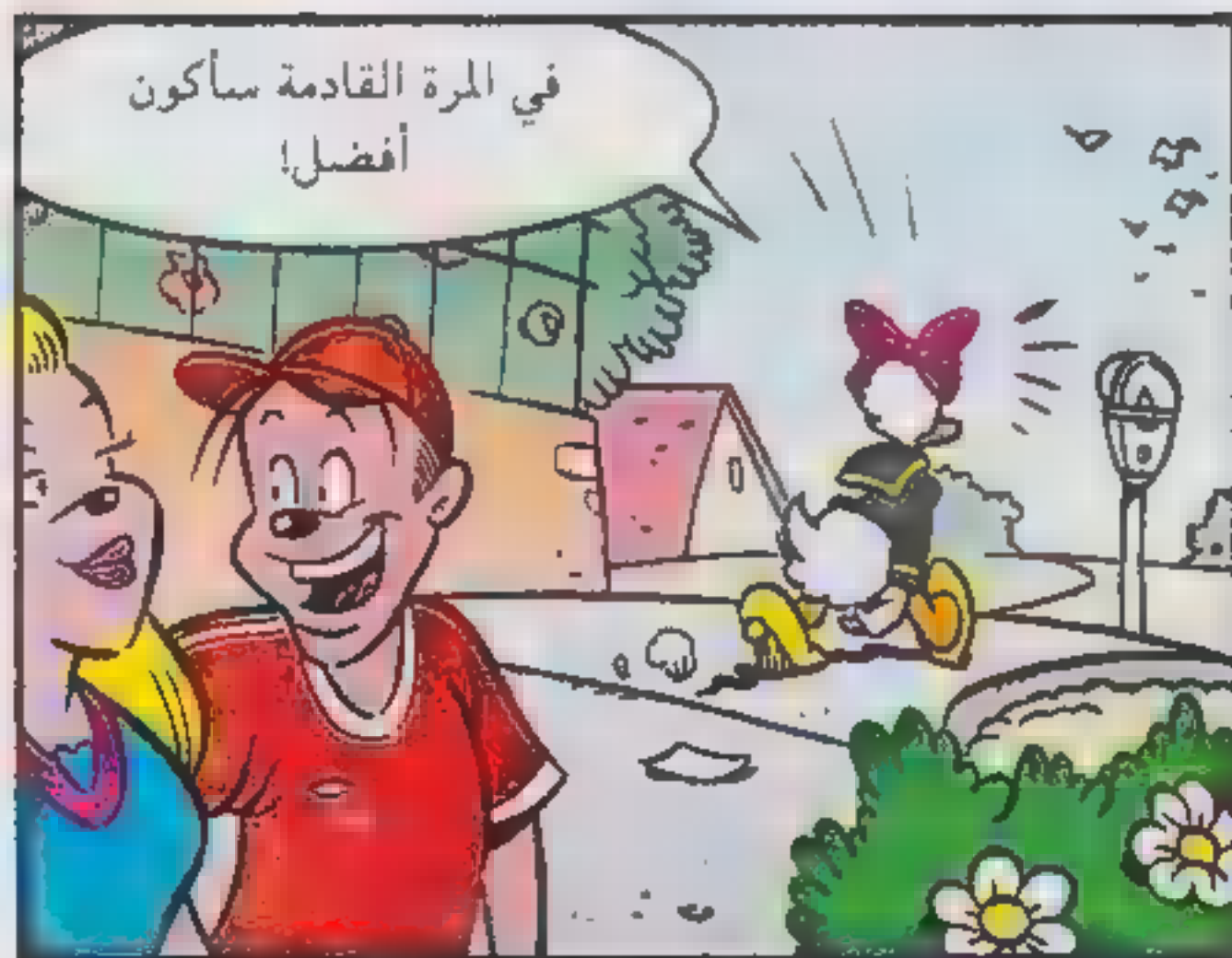
## السحلية نطاقية الظهر

نوع من السحالي اشتق اسمه من الحراشف التي تشبه مخاريط الصنوبر التي توجد على السطوح العلوية من جسمها. والرأس إسفيني الشكل، والجسم قوي وثقيل. وللسحالي نطاقية الظهر ذيول قصيرة مجدوعة ويتباين لونها من الأصفر إلى الأسود تماماً، مع العديد من الظلال البنية. وتنمو إلى نحو ٥٠ سم في الطول. وعندما يقترب منها، فإنها تبعث عادة فحيحاً عالياً، مطلقة أسننتها الزرقاء اللامعة.

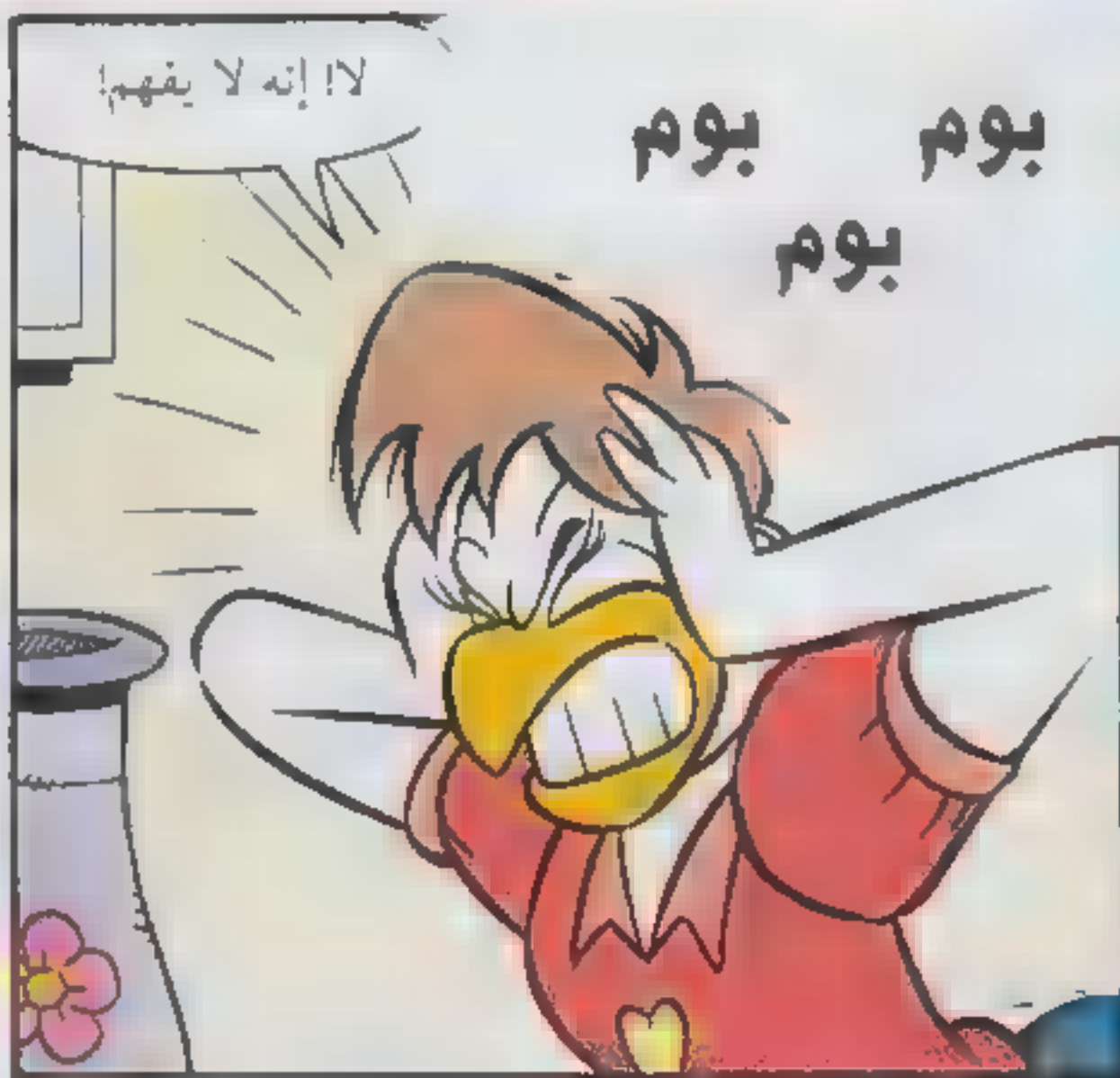




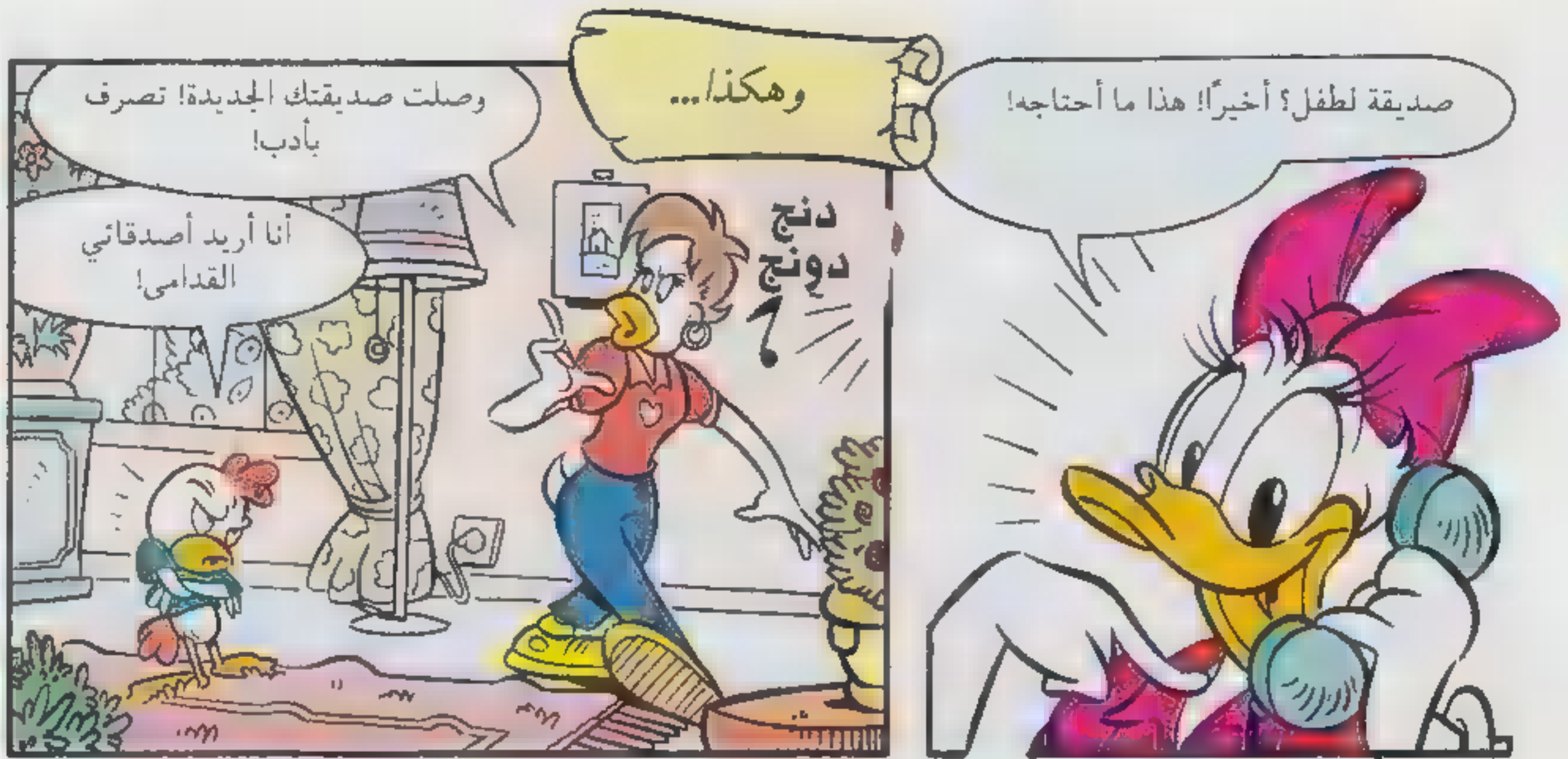




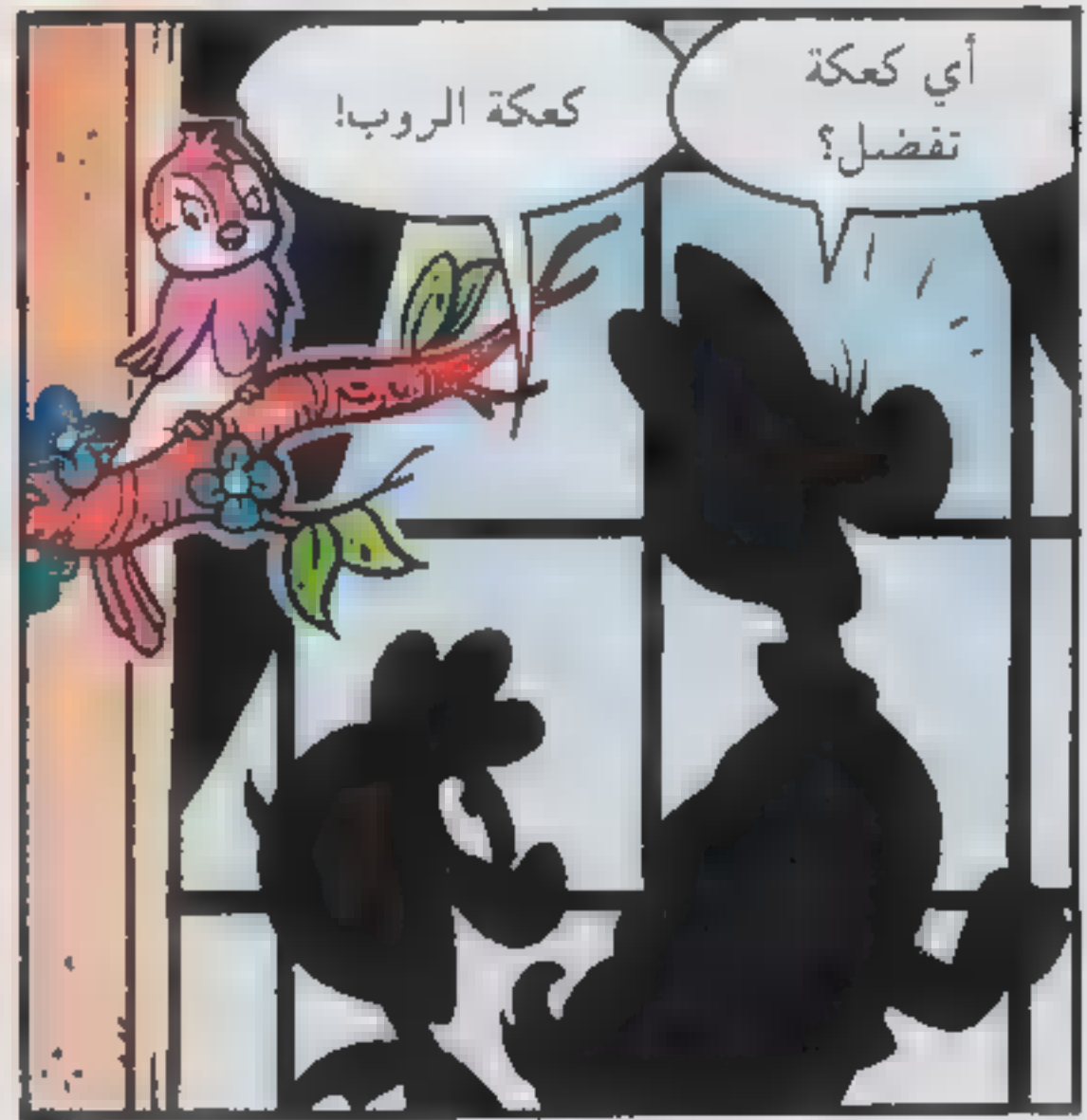
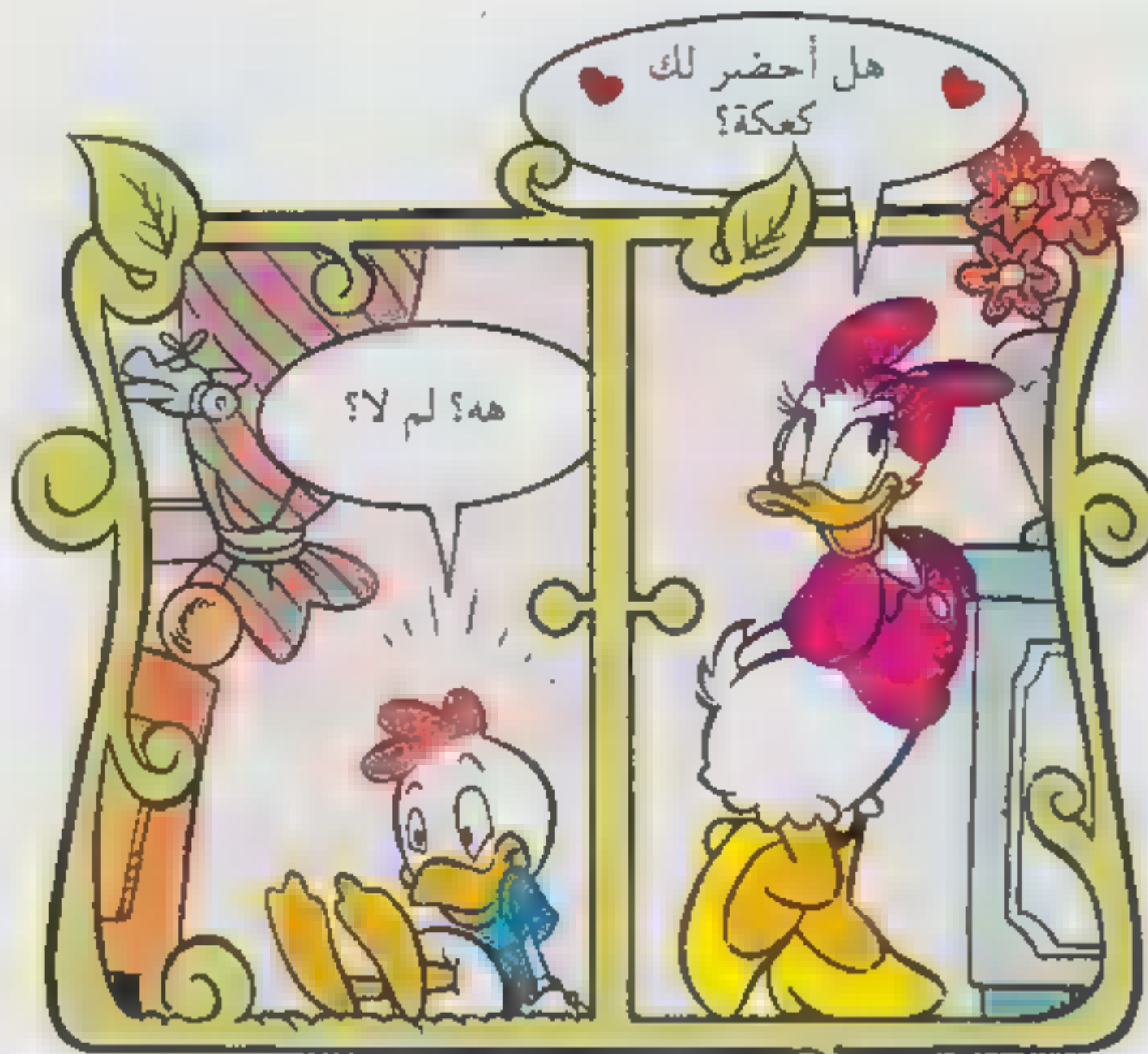








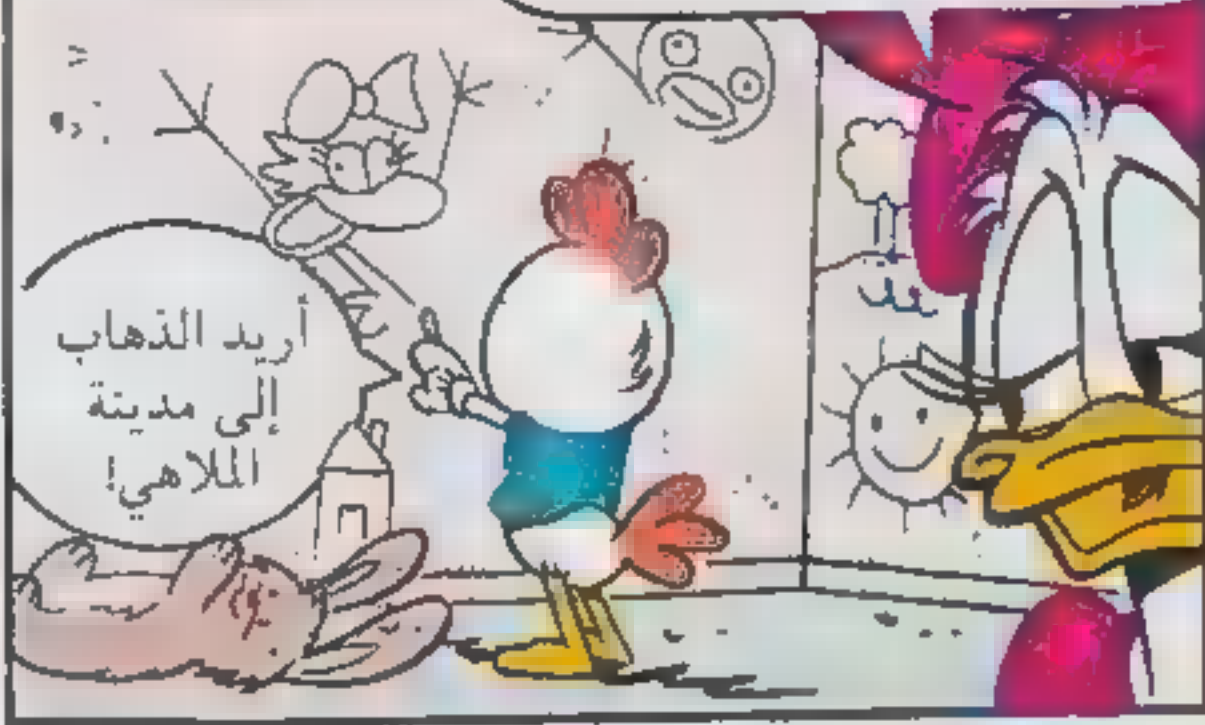






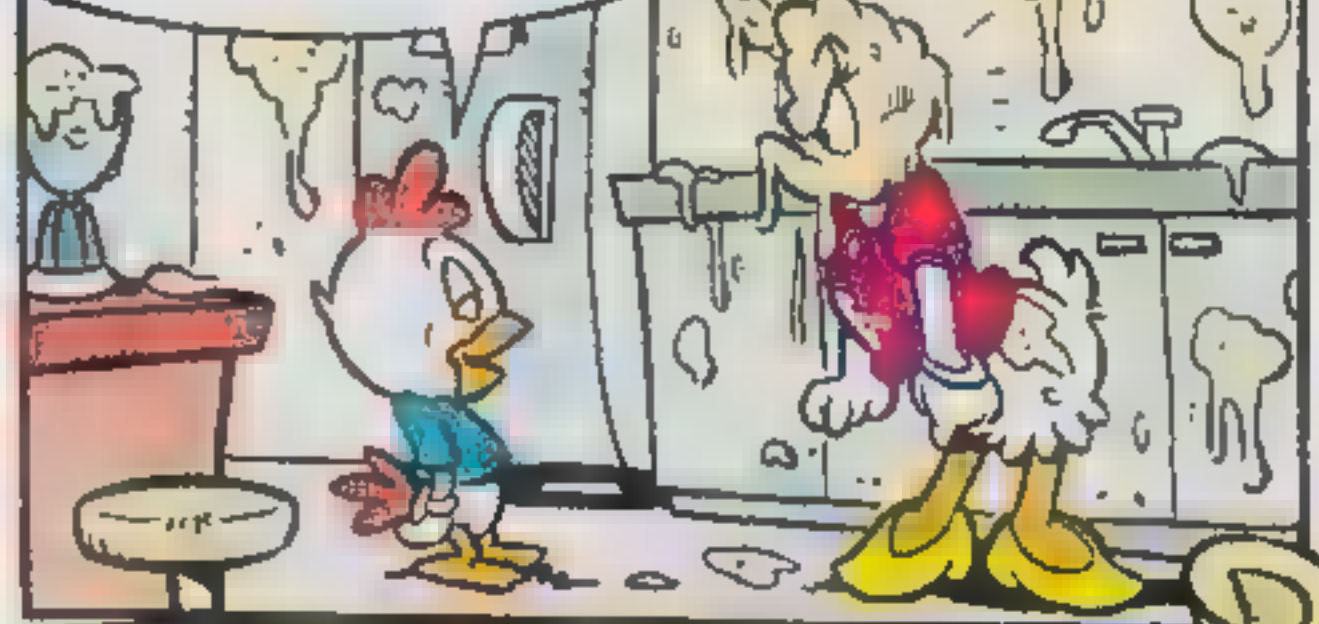
وبعد عمل شاق...

والآن بعد أن زينت الحائط ما رأيك أن نلعب  
بالعاب الفيديو!



ماذا فعلت؟ الآن علي أن أنظف كل شيء!

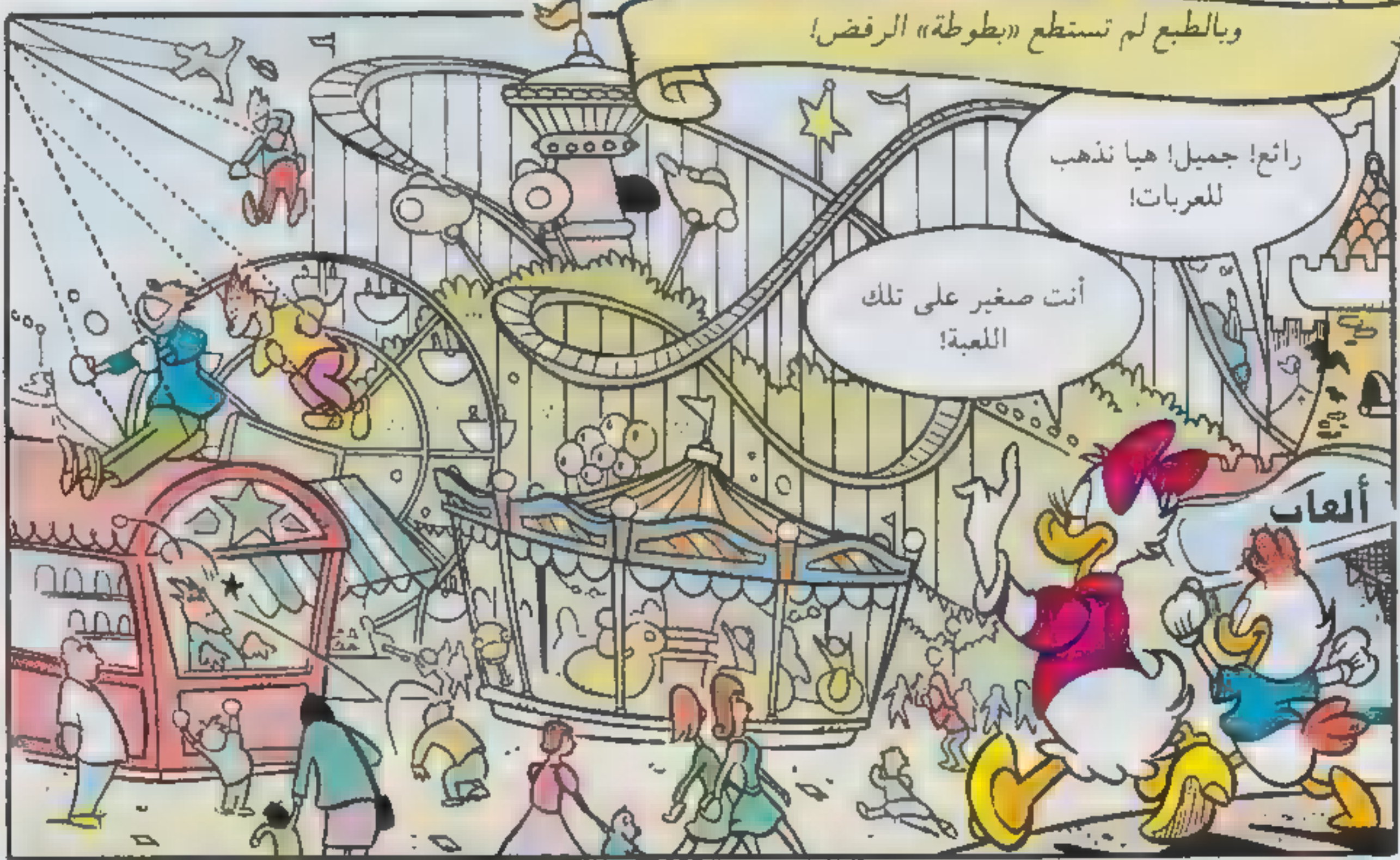
الجميع يعرف أن الأطفال  
فضوليون!



وبالطبع لم تستطع «بطوطة» الرفض!

رائع! جميل! هيا نذهب  
للعربات!

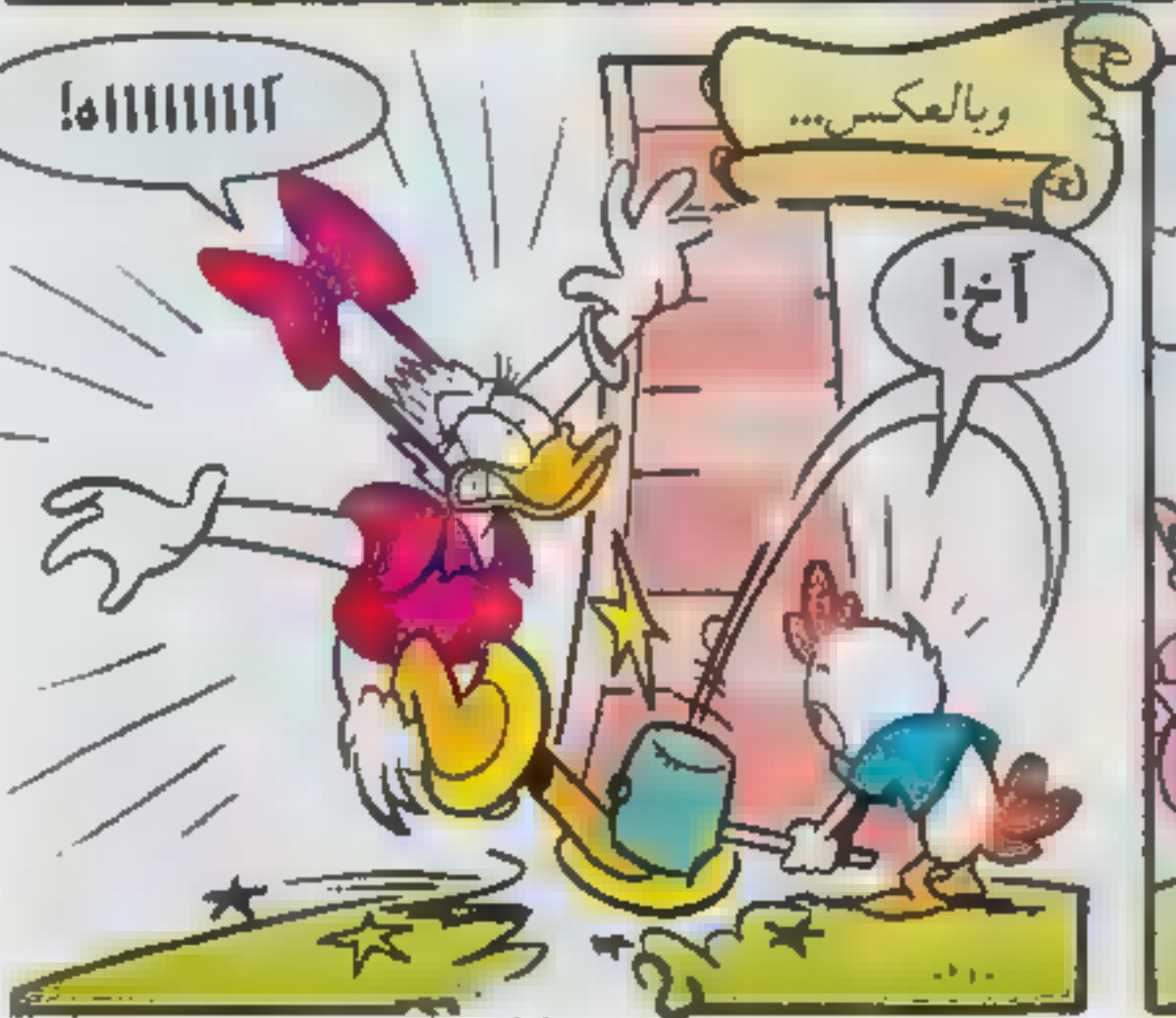
أنت صغير على تلك  
اللعبة!



أاااااااااا!

أخ!

وبالعكس...



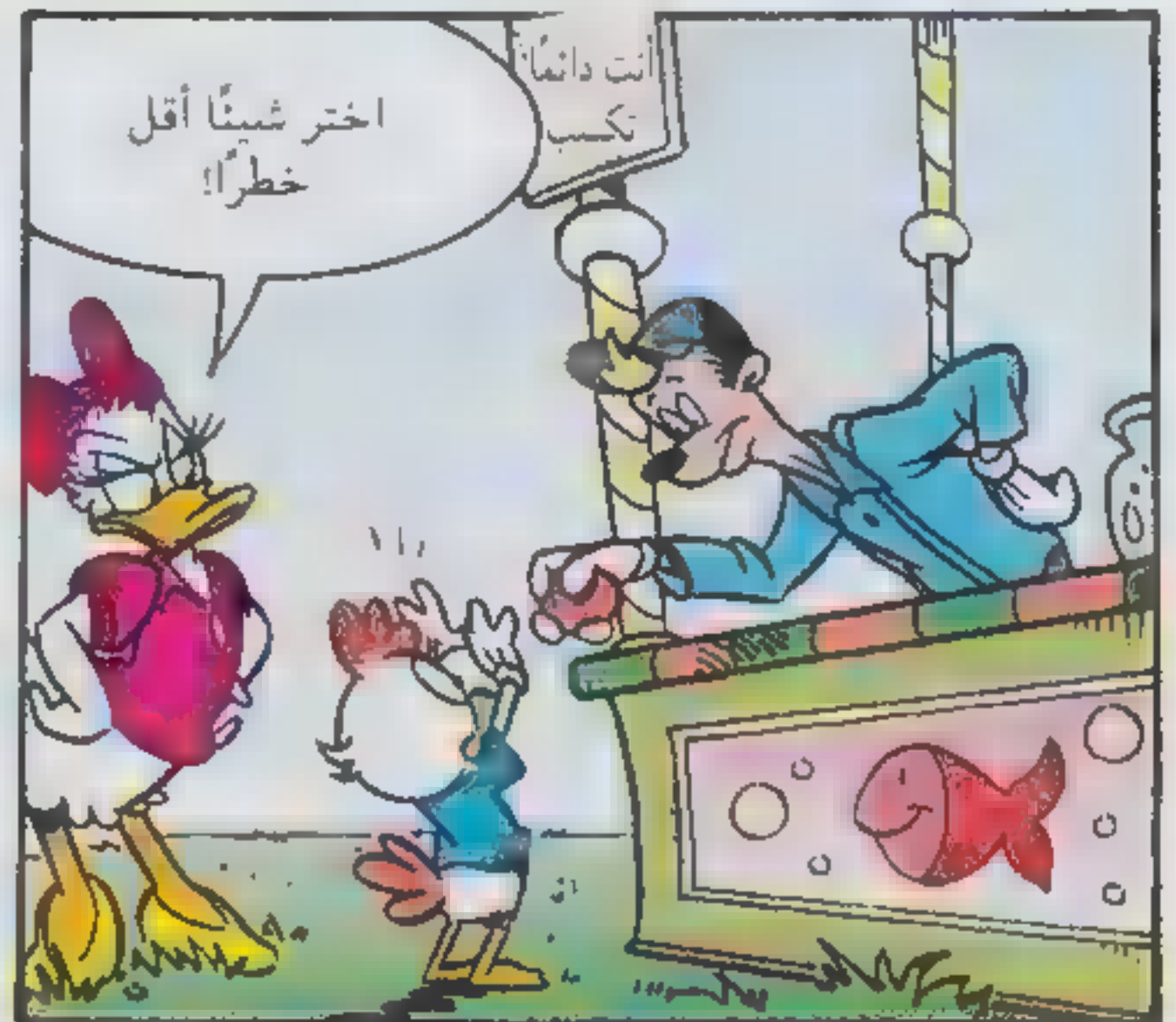
طاخ

هذه! أريد اختبار قوتي!

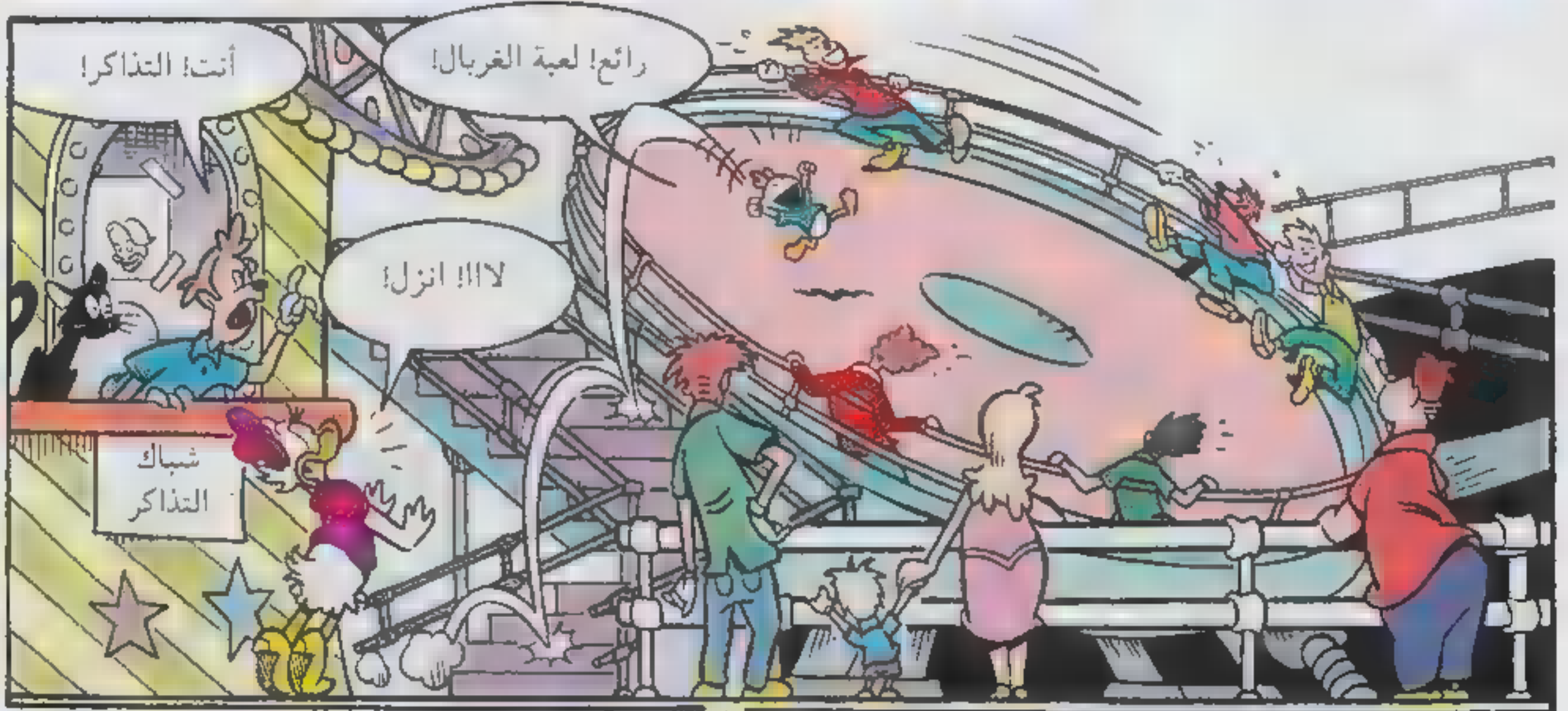
هاها! لن يمكنه حتى رفع  
المطرقة!



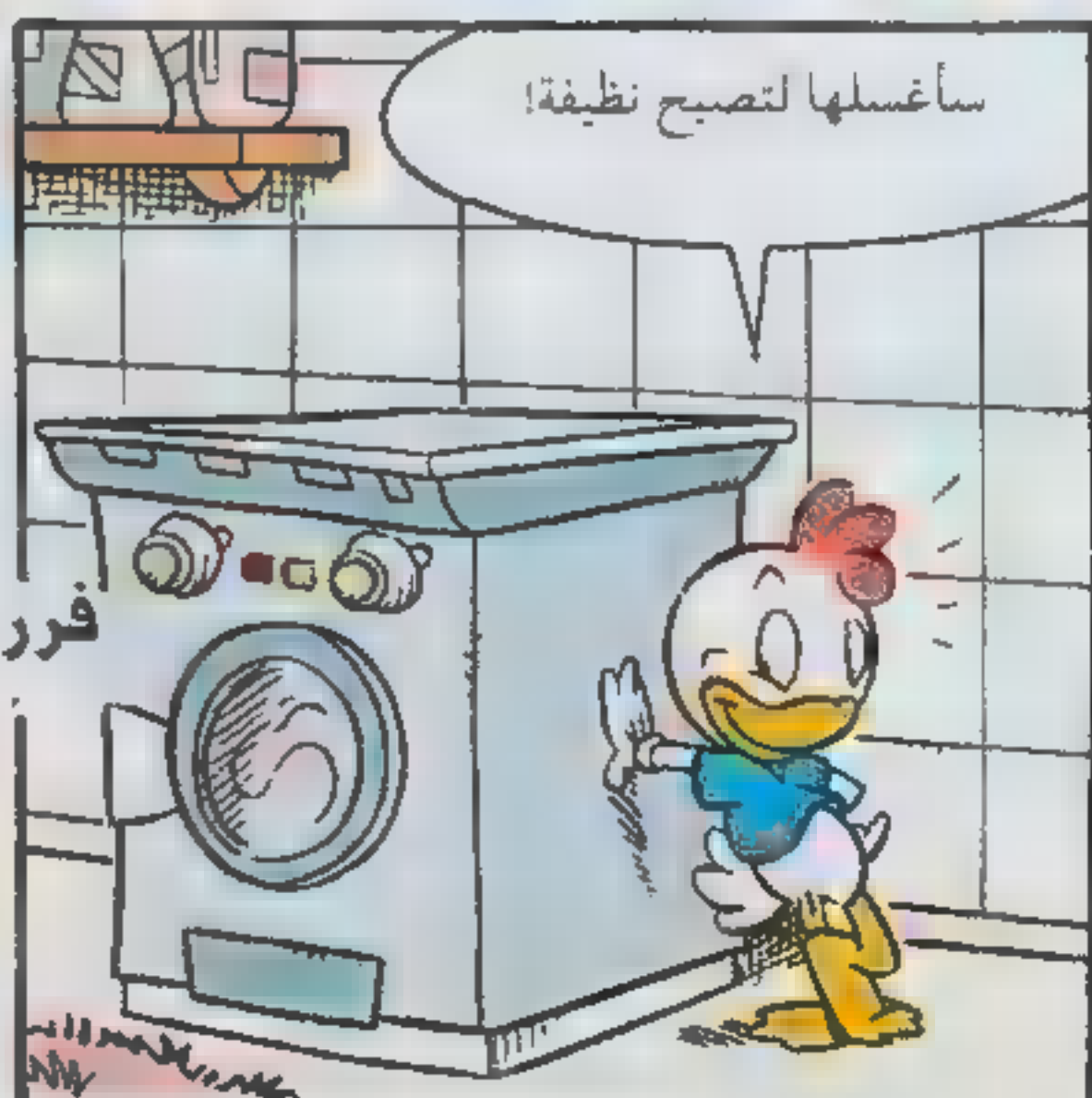
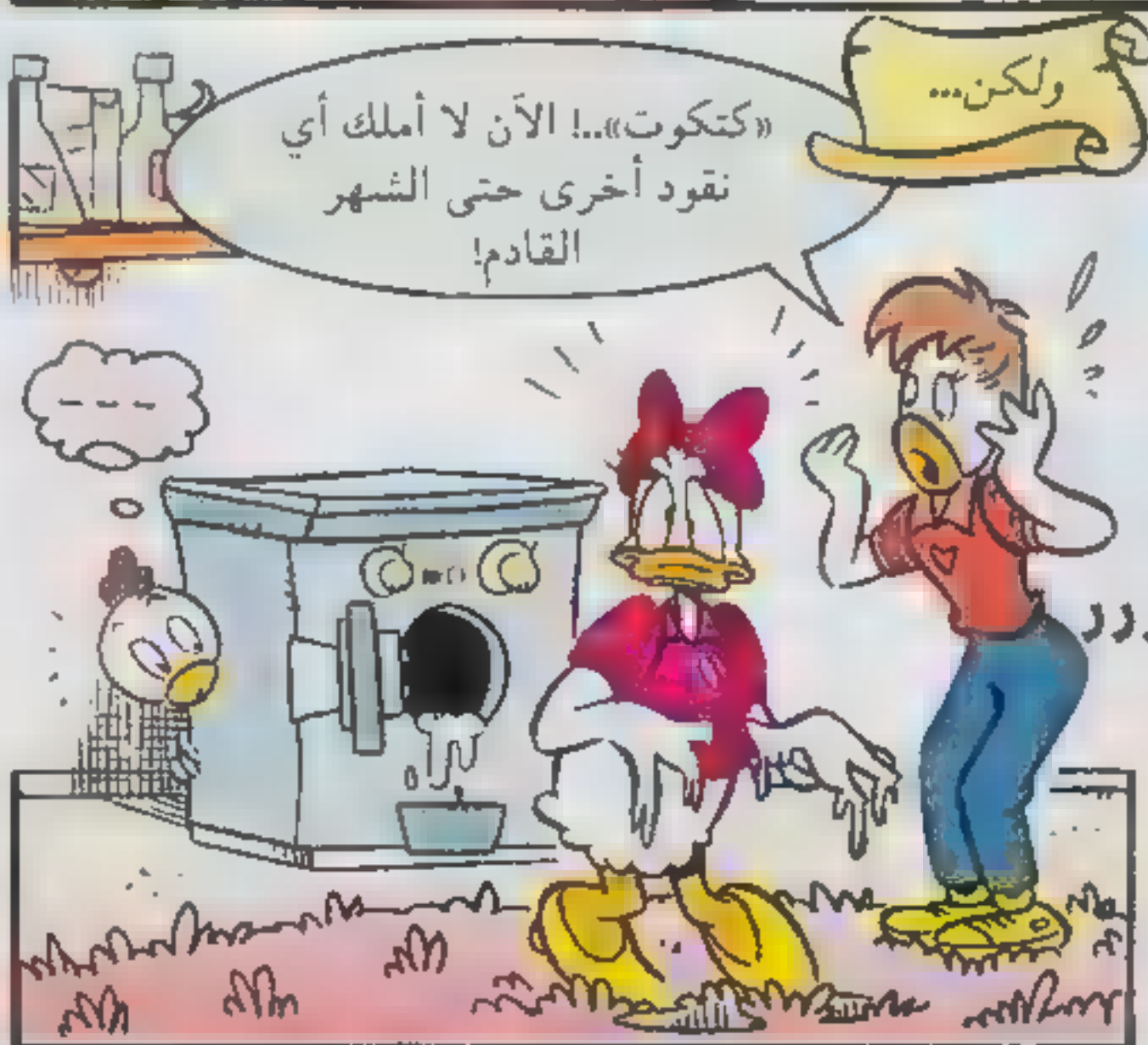




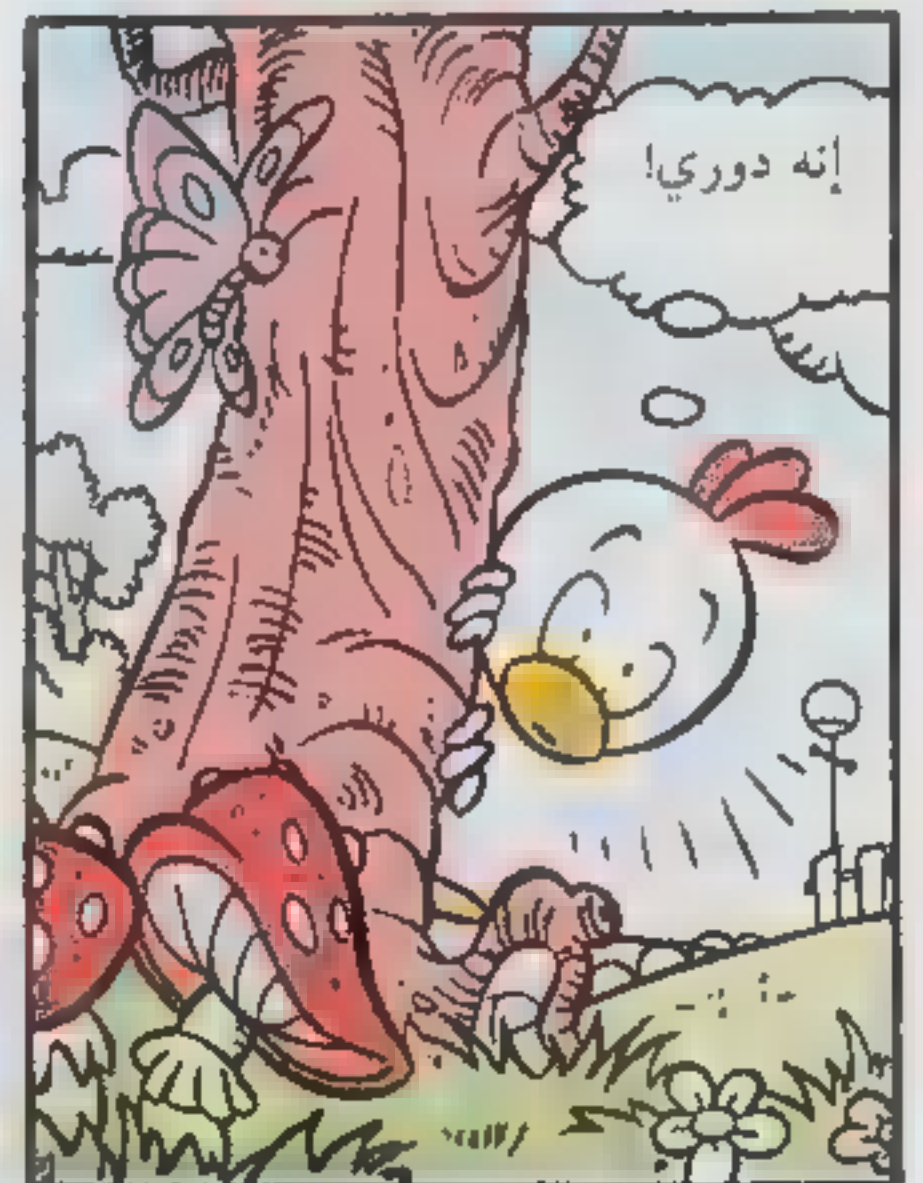
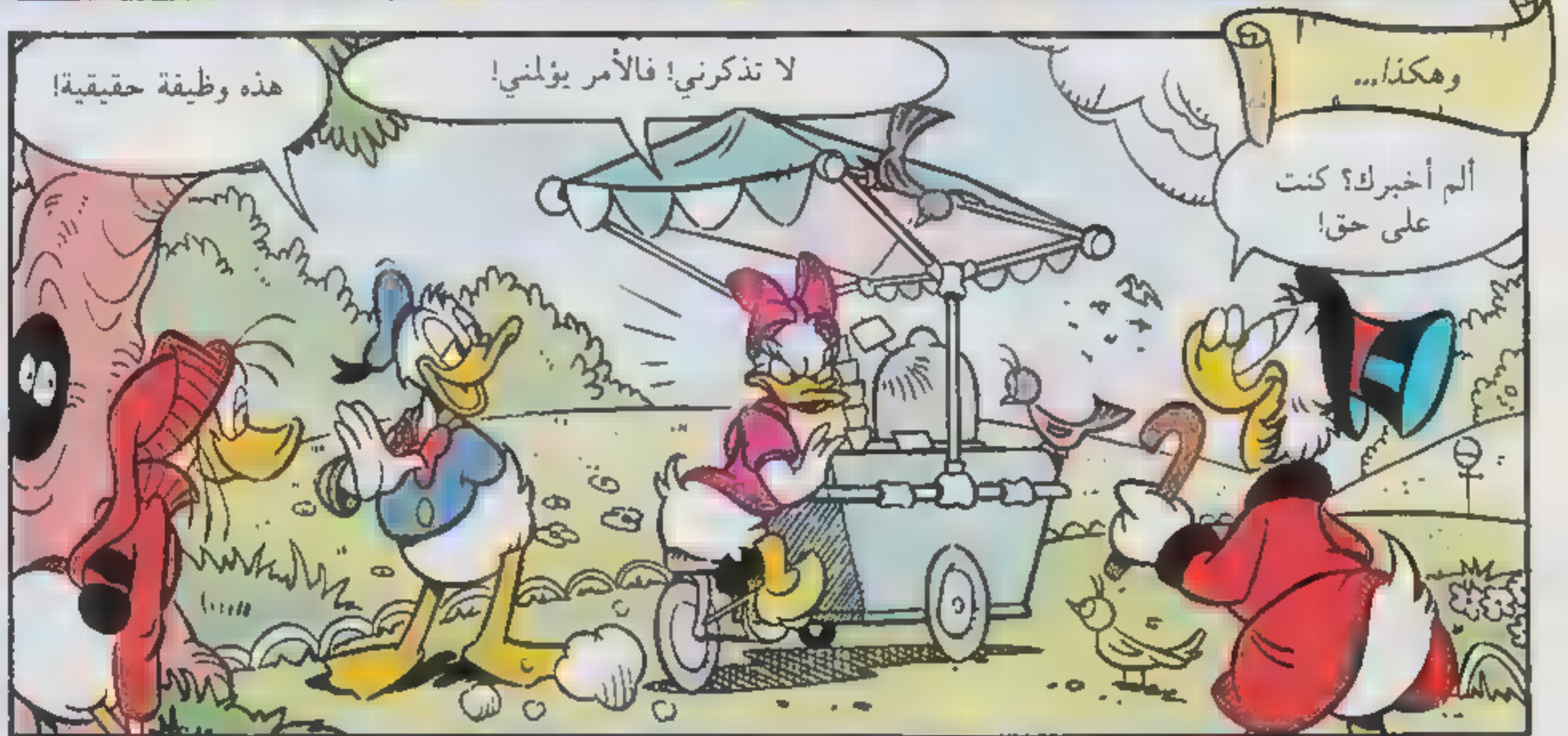
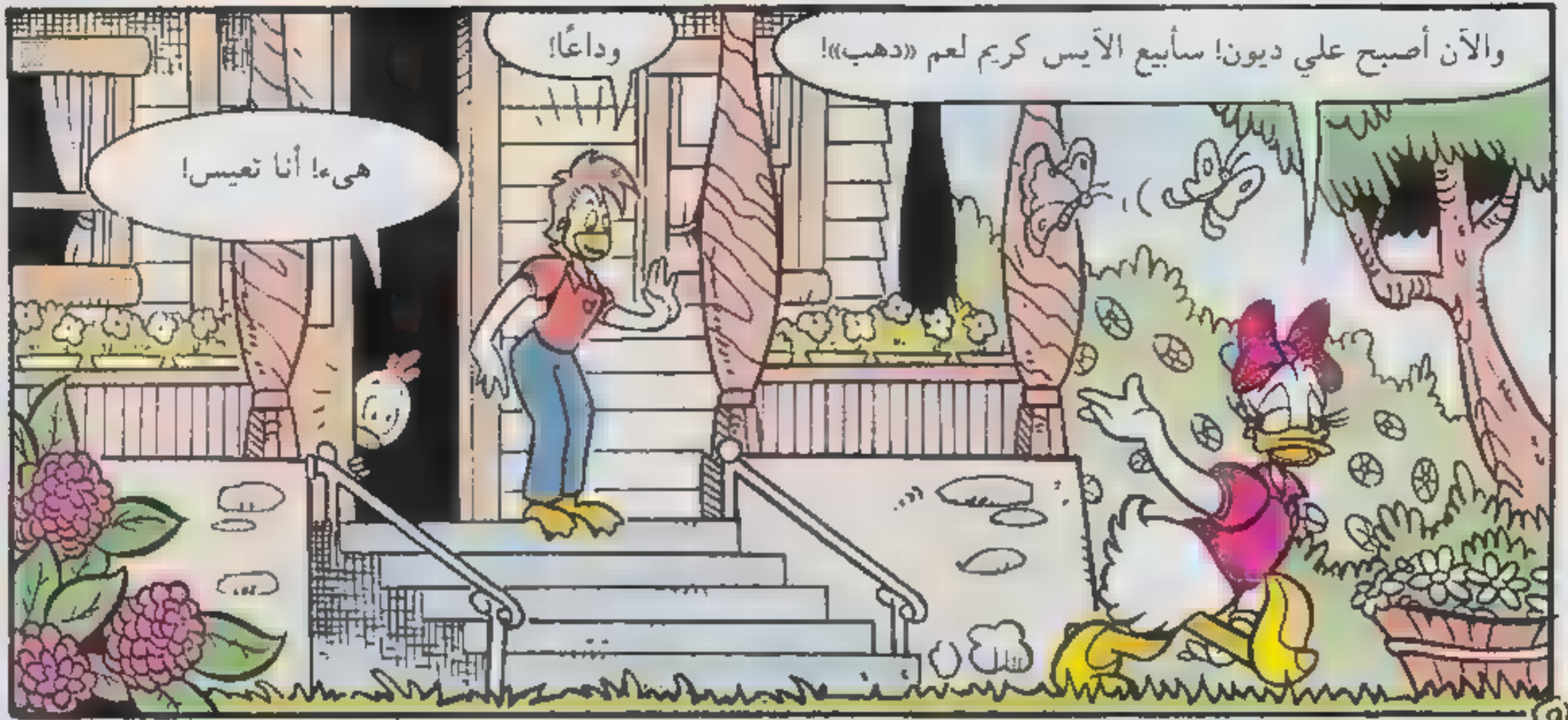






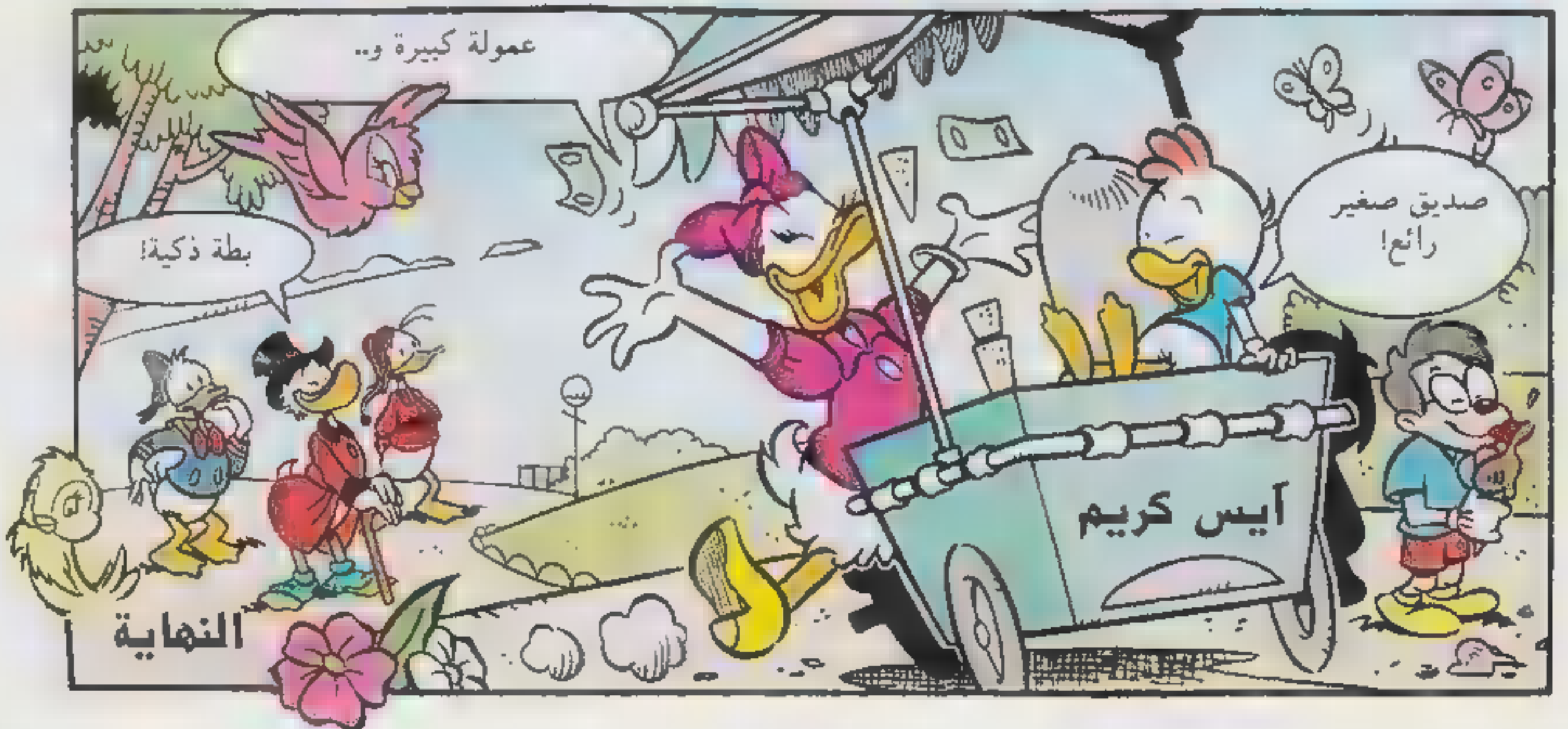
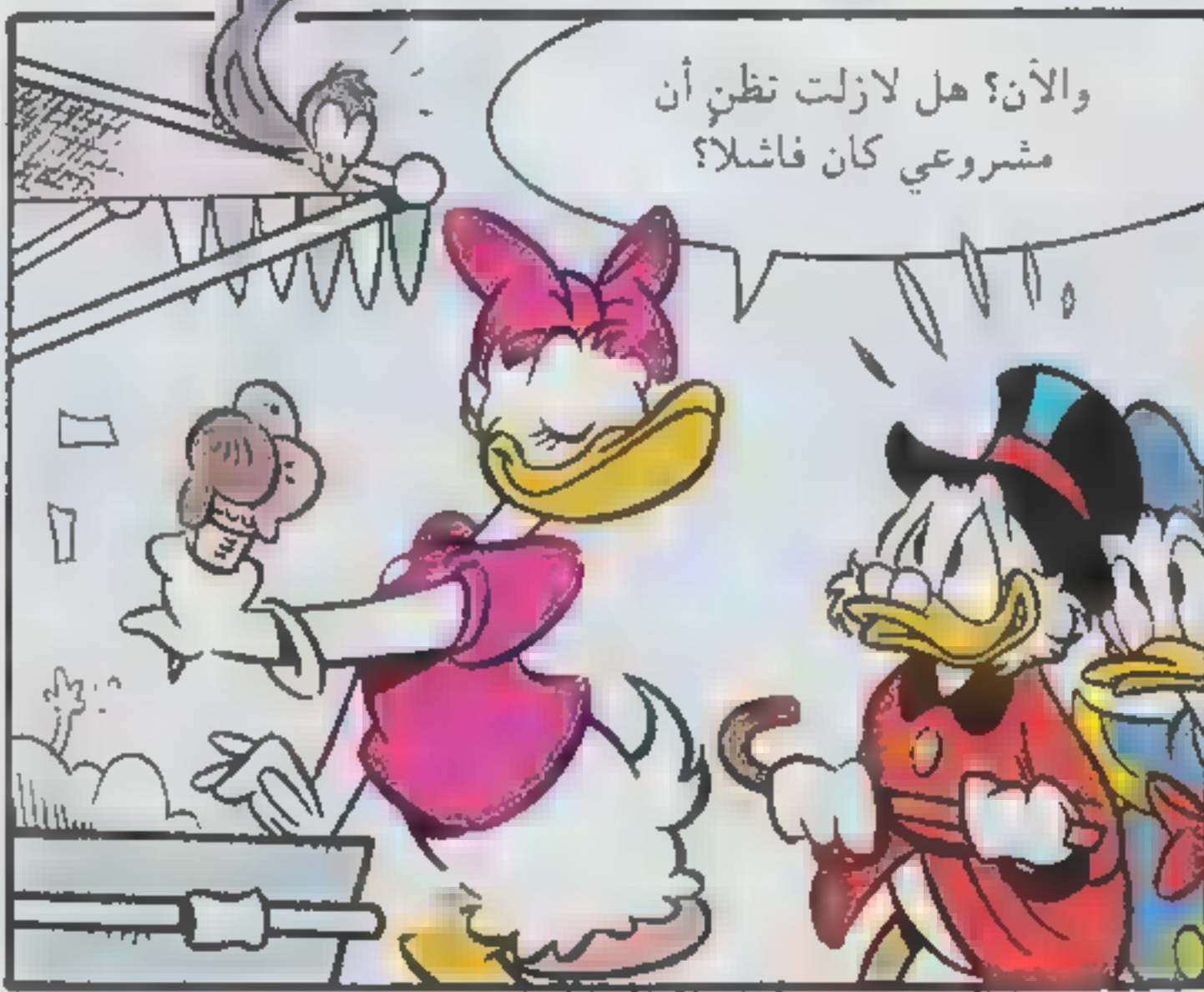






تررررر









# ورشة ميني

# حلي ورقية

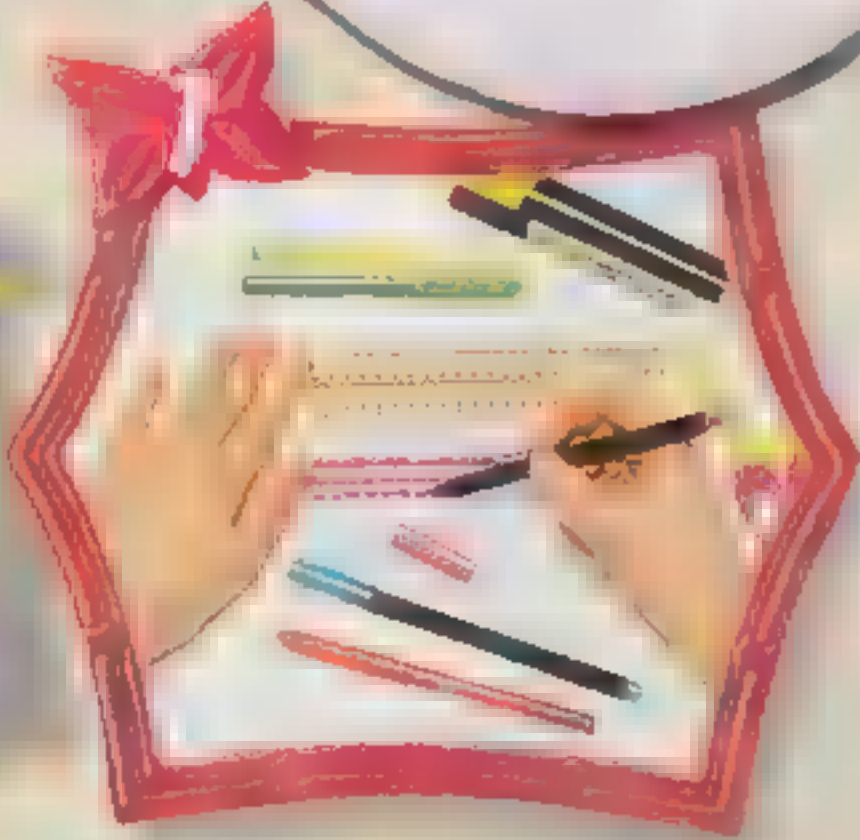
الحلي من الأشياء المحببة لكل البنات ولذلك أقدم لكم  
هذه الطريقة السهلة لعمل حلي من الورق

## المواد المطلوبة

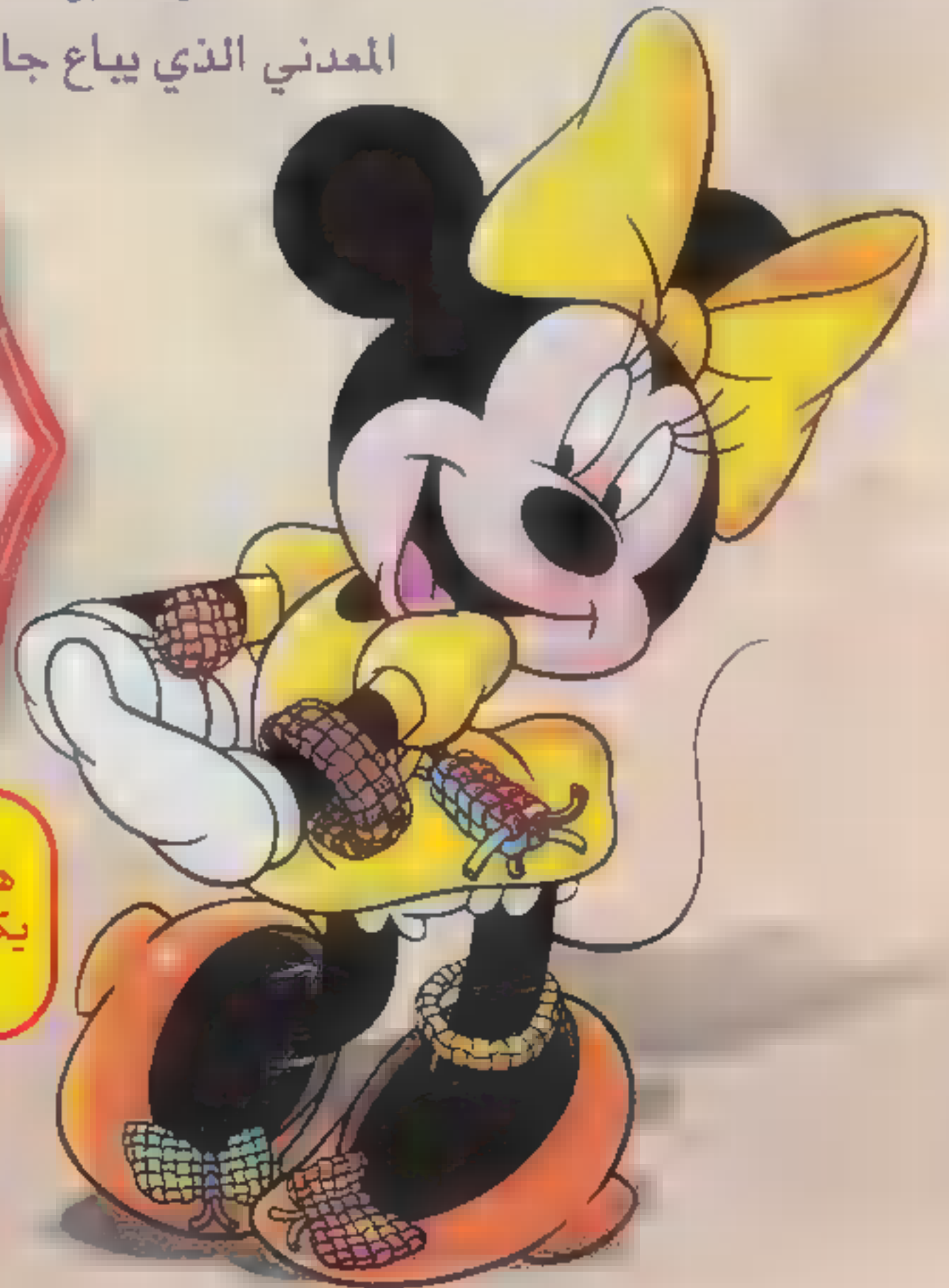
- ❖ أوراق
- ❖ ألوان
- ❖ مقص
- ❖ إبرة
- ❖ خيوط قوية
- ❖ خرز ملون

## الطريقة.

- ١- قصي مستطيلاً من الورق ولونيه.
- ٢- اطوي المستطيل مثل المروحة.
- ٣- زمني طرقي المستطيل من ناحية واحدة ليعطي شكل المروحة وثبتيها بالخيط والإبرة.
- ٤- يمكنك صنع العقد بإدخال المروحة التي صنعتها في خيط يناسب طول رقبتك ثم أضيفي الخرز الملون.
- ٥- يمكنك أيضاً استخدامها كأقراط بإضافة الجزء المعدني الذي يباع جاهزاً.



تنبيه: تنفيذ  
هذه الخطوات يجب أن  
يكون تحت إشراف الكبار  
ورقابتهم







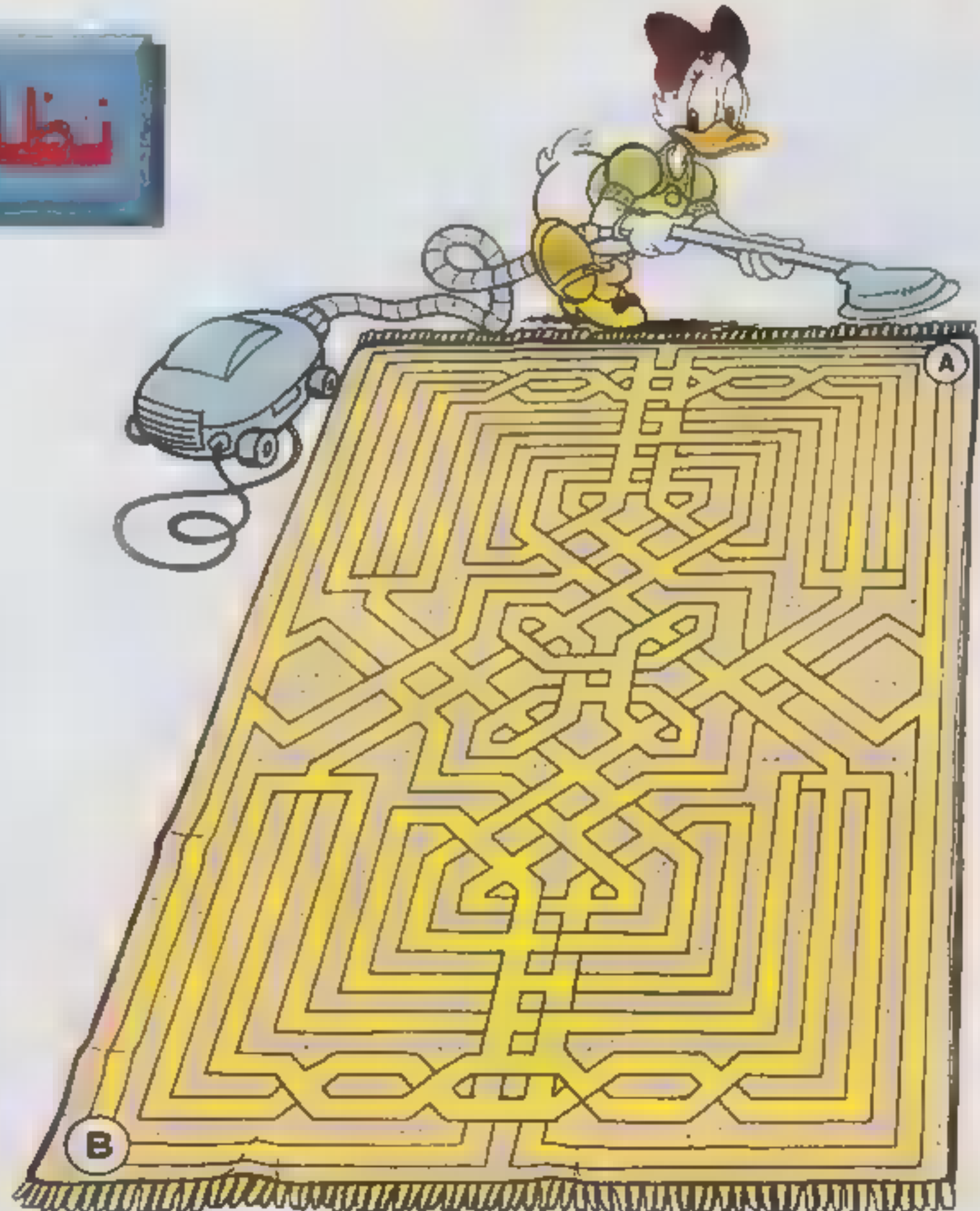
## عمليات حسابية

ساعدني «ميني» على حل  
هذه العمليات الحسابية

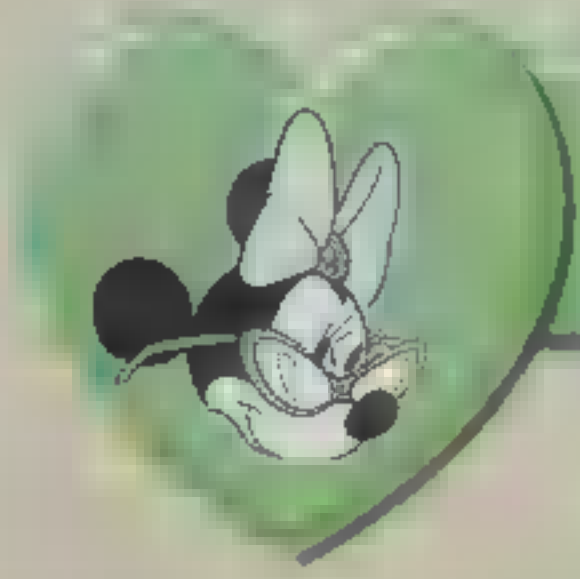


## نظافة فائقة

هل تستطيعين  
مساعدة «بطوطة»  
على معرفة الطريق  
الذي يصل بين  
النقطتين A وB؟







## الاختلافات



يوجد بين هاتين  
الصورتين ٩  
اختلافات، حاولي  
معرقتها



## حقائق مثيرة

حاولي إيجاد  
الحقيبتين  
المتشابهتين من بين  
هذه الحقائب



## بطاقة صديقاتي

ضعي  
صورتك  
هنا

الاسم:.....  
العمر:.....  
شخصيتك المفضلة:.....  
الهوايات:.....  
العنوان:.....  
رقم الهاتف:.....





# رائحة الفم

بينك وبين  
صيني



تستبب رائحة الفم حرجاً كبيراً بالنسبة إلى الكثيرين .. علماً بأن القضاء عليها ليس سهلاً كما يظن البعض وخصوصاً أن تنظيف الأسنان لا يكون حلاً في كثير من الأحيان .

تنظيف الأسنان يساعد على إخفاء رائحة الفم مؤقتاً ولكنه لا يقضي عليه نهائياً كونه لا يعالج أسباب المشكلة... وتظهر رائحة الفم عند عجز البكتيريا الموجودة في الفم عن تحصيل الأوكسجين عندما تبقى فمك مغلقاً لفترة طويلة أو عند تناول بعض الأدوية... وتصدر هذه البكتيريا مادة كبريتية ذات رائحة مزعجة.

إضافة إلى ذلك فإن تناول الثوم والبصل يؤدي لمثل هذه الرائحة الكريهة.

ولتجنب هذه الرائحة يمكنك الإكثار من شرب الماء لكي تمدّي فمك بالأوكسجين، ويمكنك أيضاً مضغ الخضار كاليقدون والكرفس.

إذا لم تنجح في التخلص من الرائحة فمن الأفضل مراجعة طبيب الأسنان ولاحتمال وجود التهابات في اللثة أو مشكلة في الأسنان.







التيكيت

# تخلصي من عصبيتك

خطواتك نحو الهدوء ترسم ملامح جميلة ورائعة.. ستبدئين للآخرين أكثر نضجاً ومرونة

.. وبهذا سيحب الناس التعامل معك للتقليل من حدة انفعالاتك ابدئي بالآتي :-

- ١- **رددي أنك تشعرين بالهدوء:** اخدعي عقلك الباطن ليساعدك على الشعور بالهدوء.
- ٢- **كوني متسامحة:** إن حمل مشاعر الحقد نحو شخص آخر يضر بصاحب هذه المشاعر أكثر مما يضر بمن يتلقاها. حاولي أن تسامحي بسرعة فهذا يفيدك.
- ٣- **فكري في الهدوء:** تخيلي مشاهد هادئة... تذكري أصواتاً هادئة.
- ٤- **تذكري أن الهدوء في حد ذاته متعة من متع الحياة.**
- ٥- **استمعني إلى الصمت:** اجلسي في هدوء وحاولي الاستمتاع بالصمت.

٦- **تقمصي دور الهادئة:** تظاهري أنك هادئة

واتخذي سمات شخص هادئ.

٧- **كوني مهذبة:** الجئي إلى التأدب ليس

معاملة للآخرين ولكن معاملة لنفسك.. لا

يهمك تضاعل غيك. سوف تشعرين

بالهدوء مقابل لطفك.

٨- **تذكري** شخصاً تحبينه وتثقين

به، تذكري بعض المواقف الجيدة

التي مررت بها.

٩- **ابتسمي:** فالابتسامة تريح

عضلات الوجه وتريح من حولك.

١٠- **اكتبي** ما يقلقك ويثرك ثم

مزقي الورقة.

باتباعك لهذه الخطوات

ستكونين أكثر هدوءاً

وتخلصين من عصبيتك

وانفعالك.



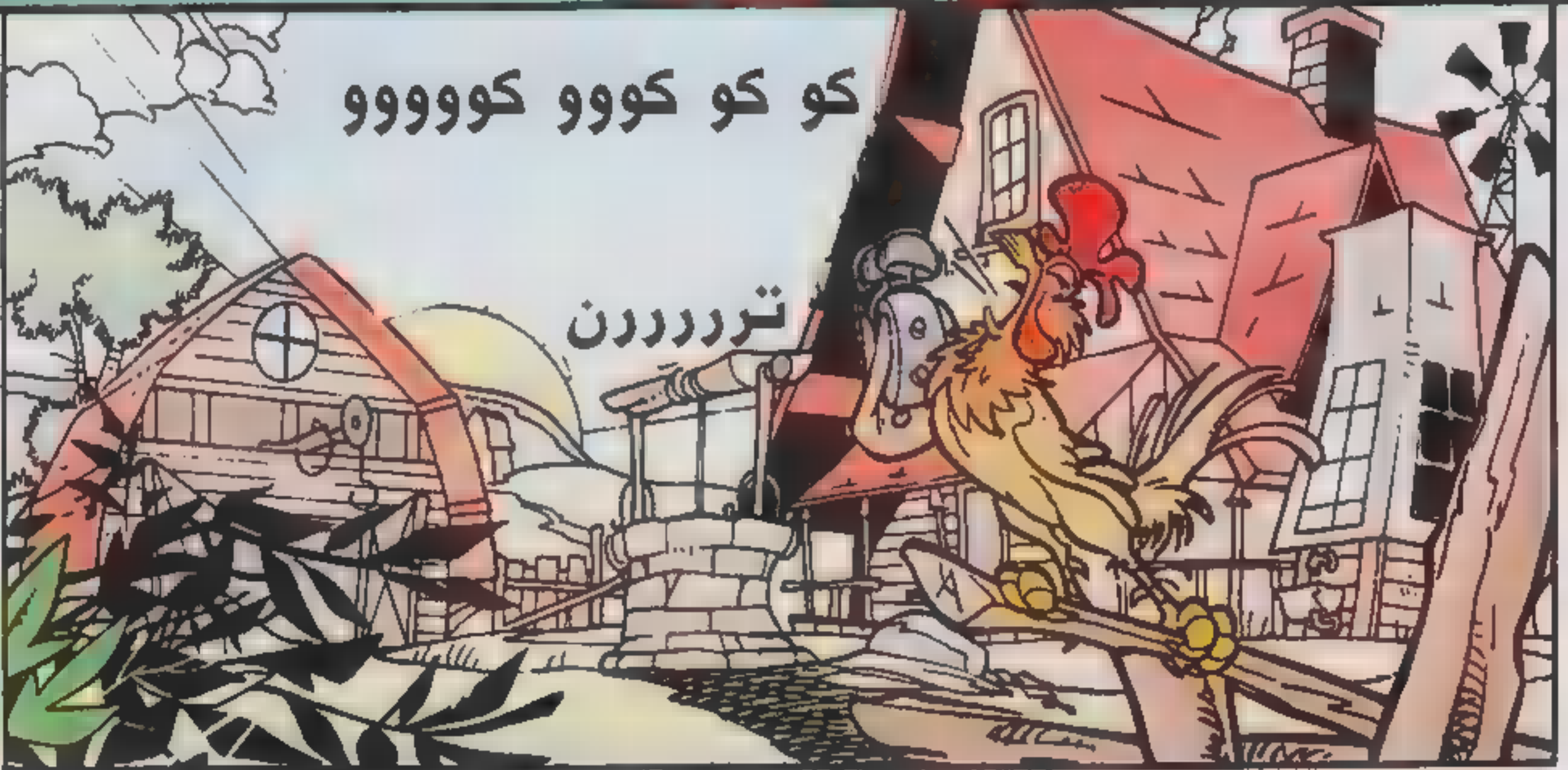


# تيته بطة

## من الوريث؟

كو كو كووو كووووو

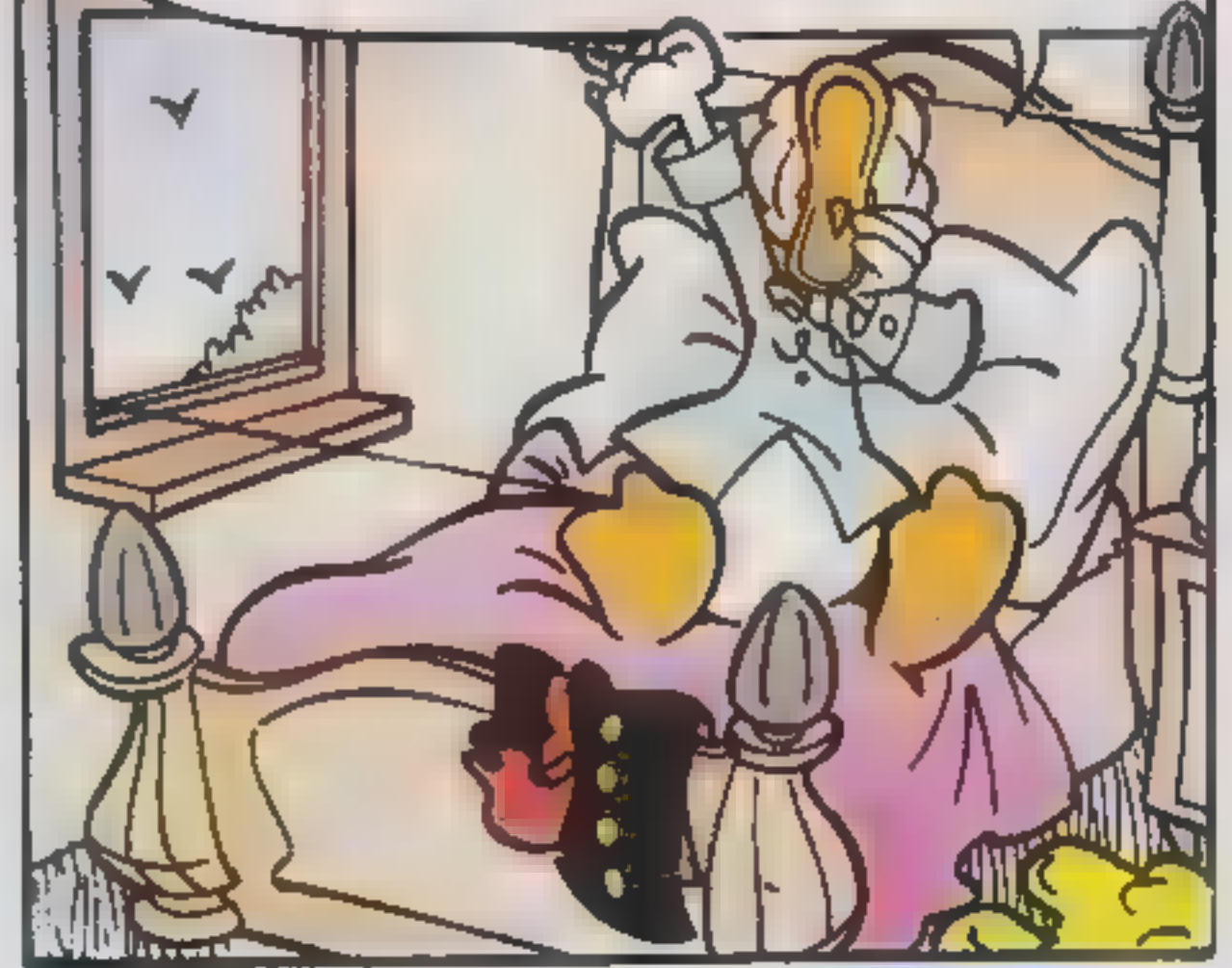
تررررررر



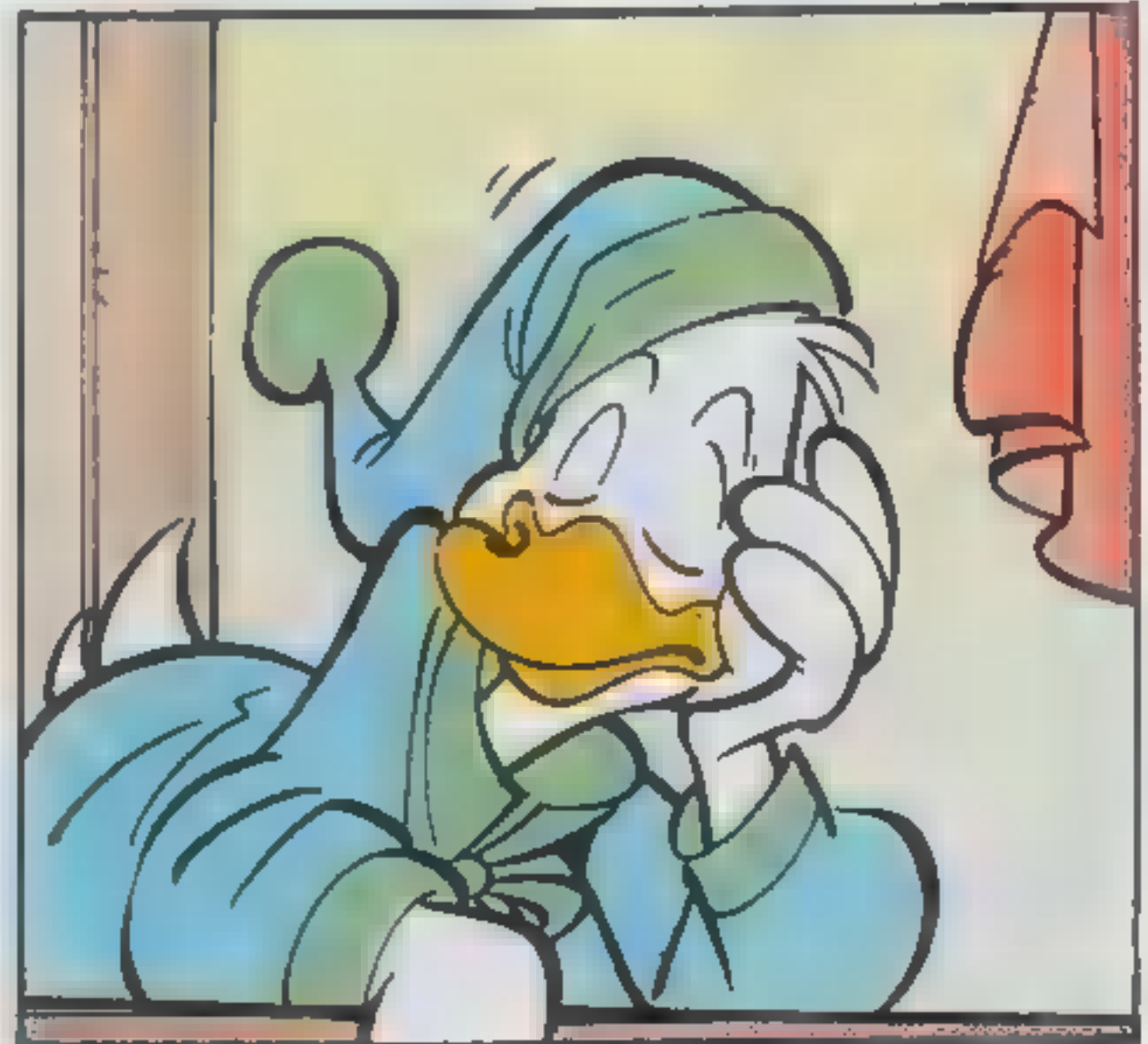
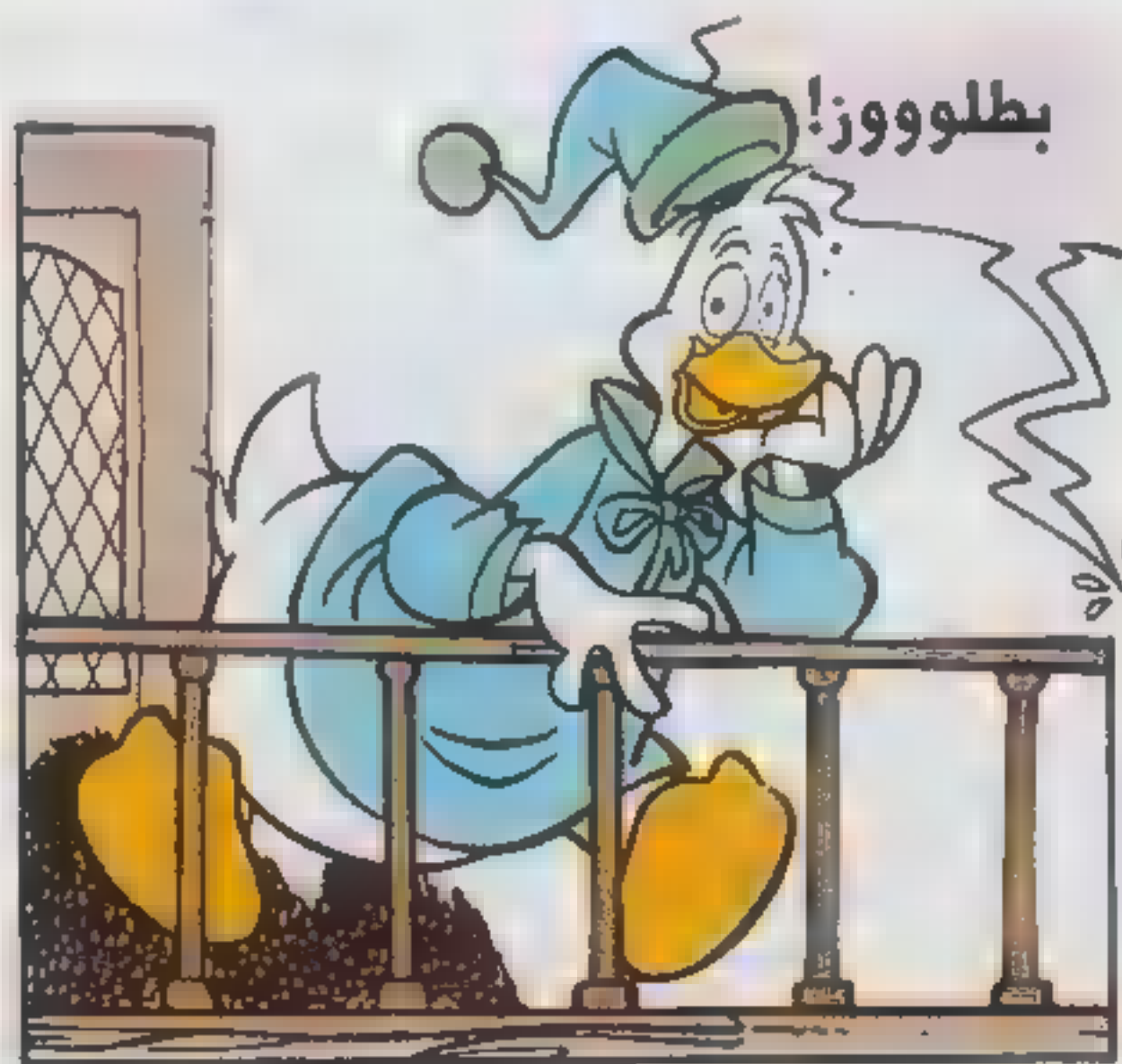
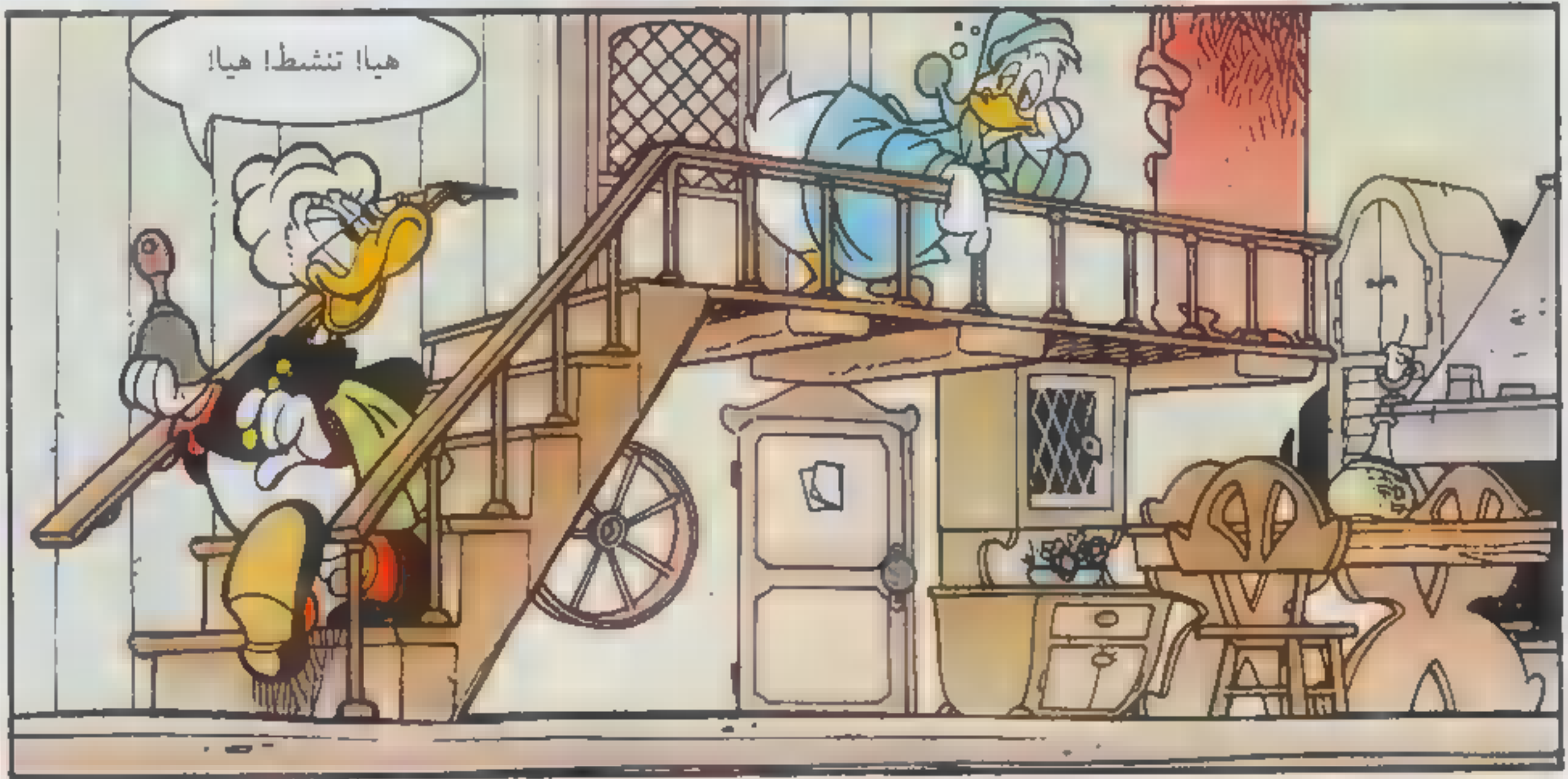
ديك مسكين! فهو يصيح كل صباح منذ سنين!



يبدو أن الديك أصبح عجوزاً! لقد اختصر نصف ساعة من صياحه!

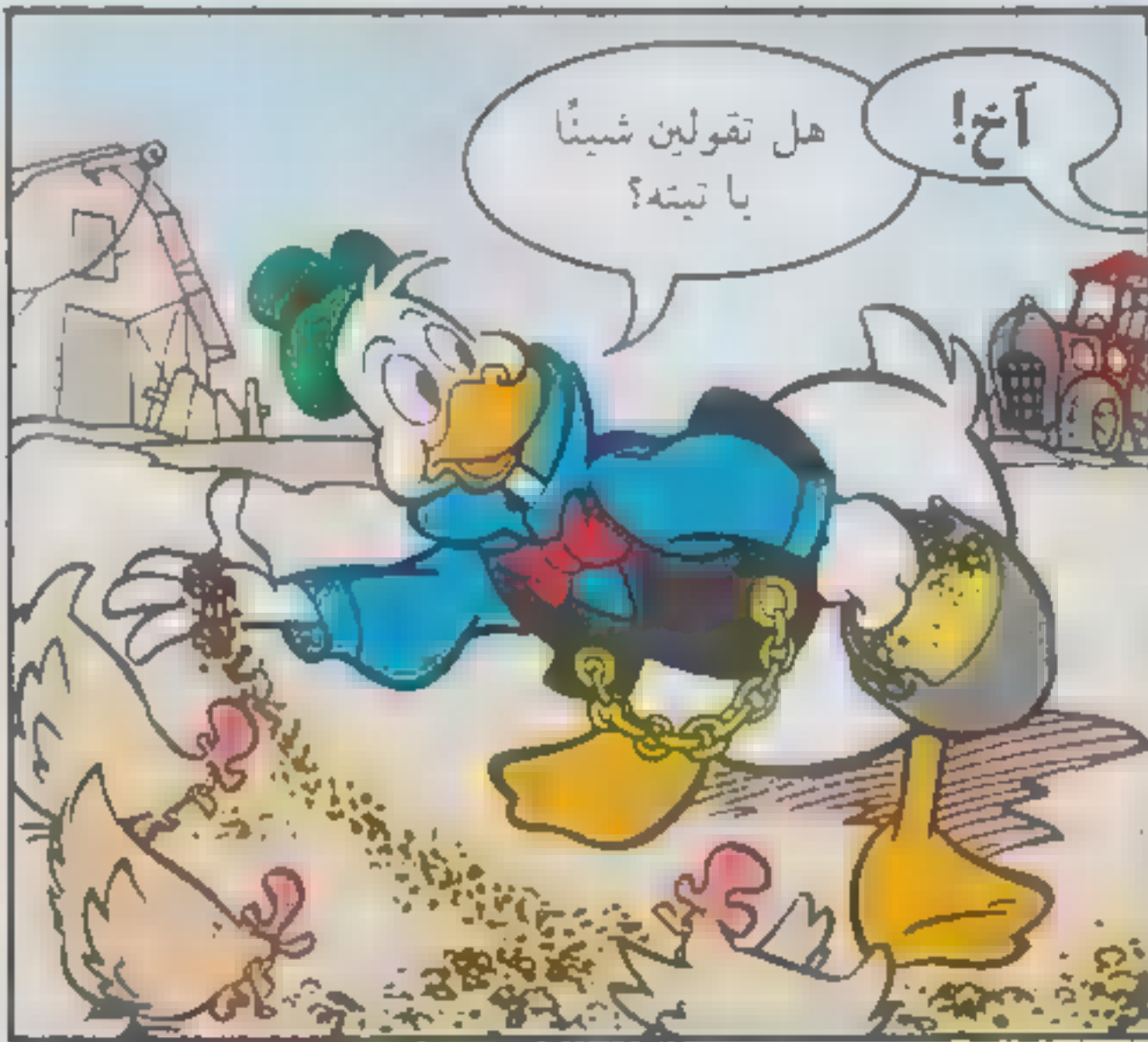
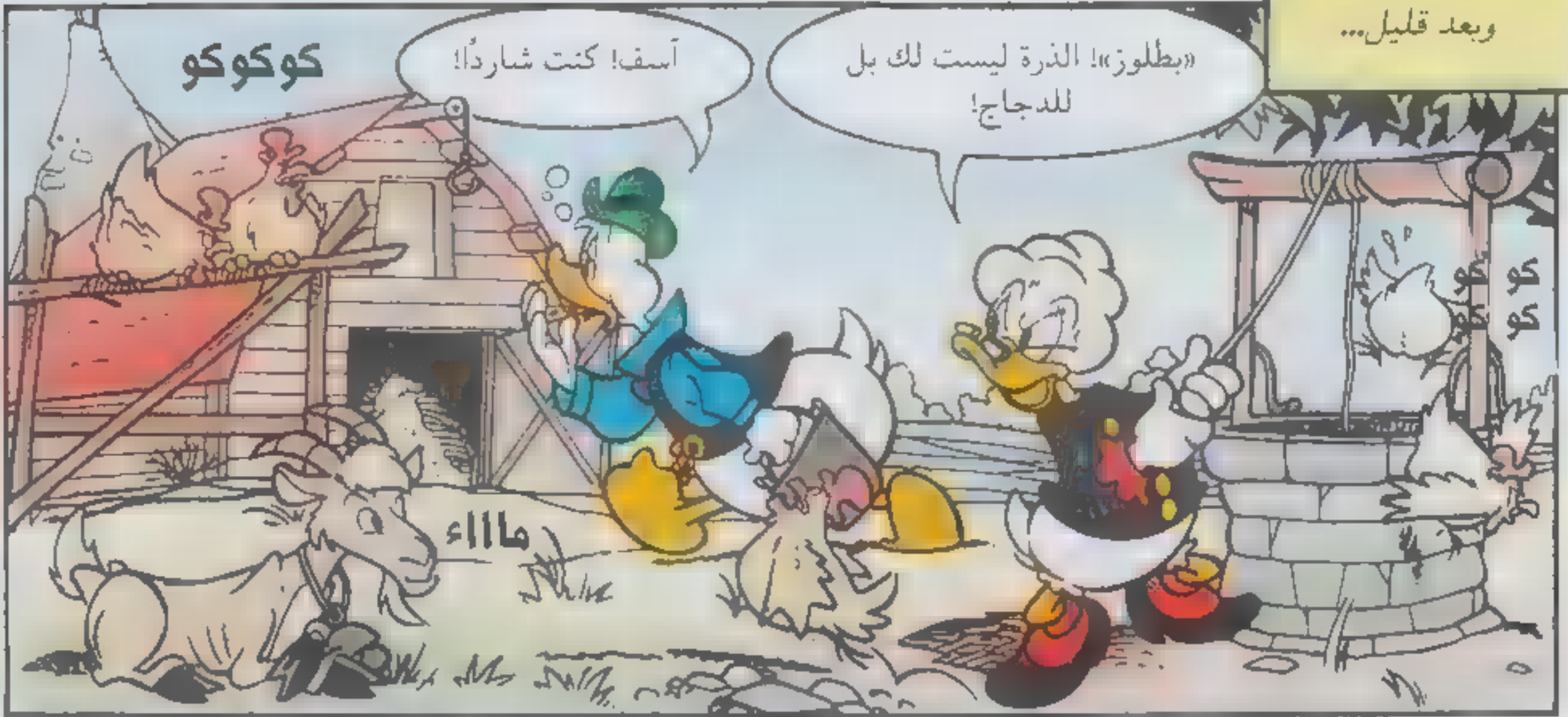




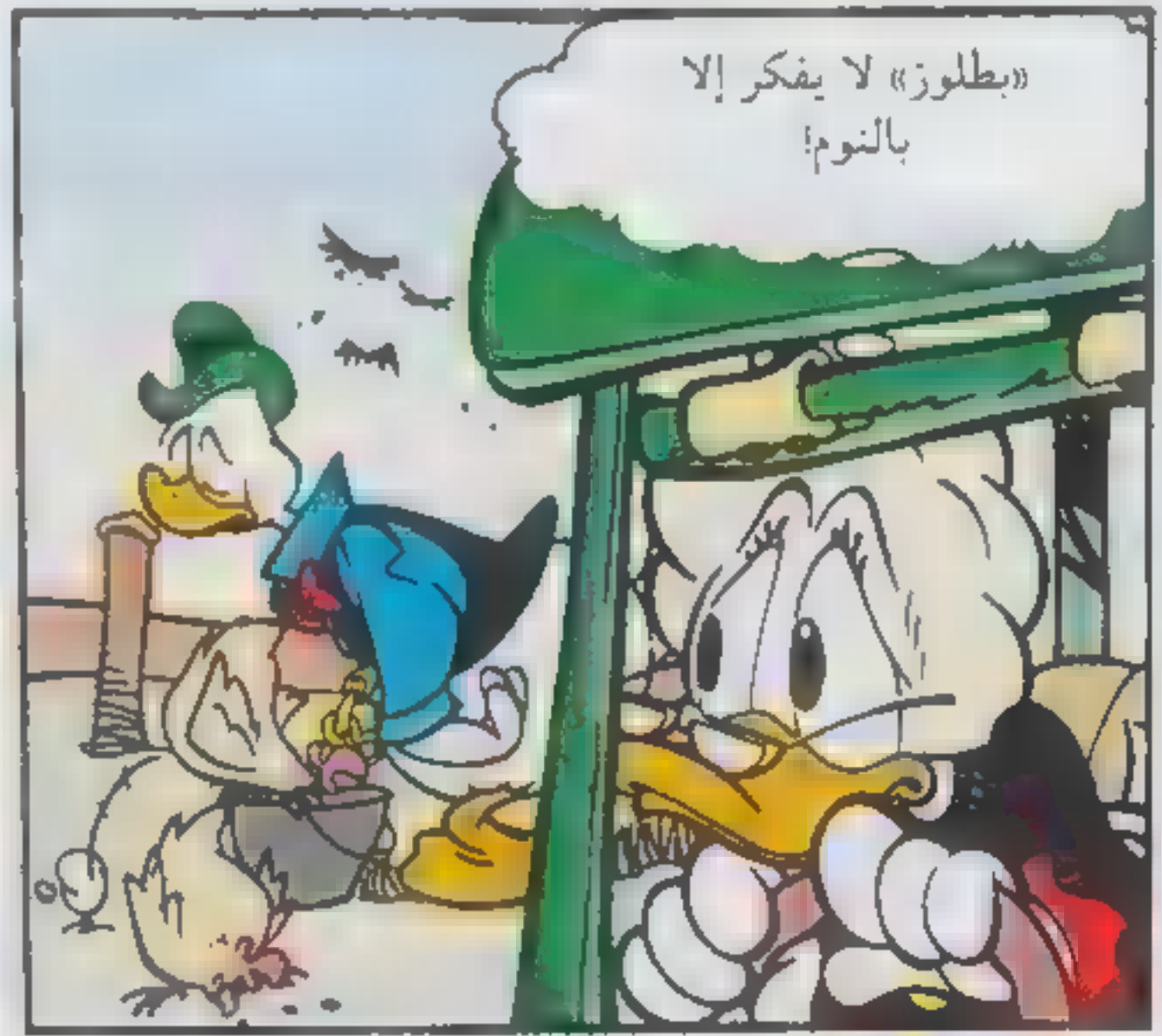




وبعد قليل...











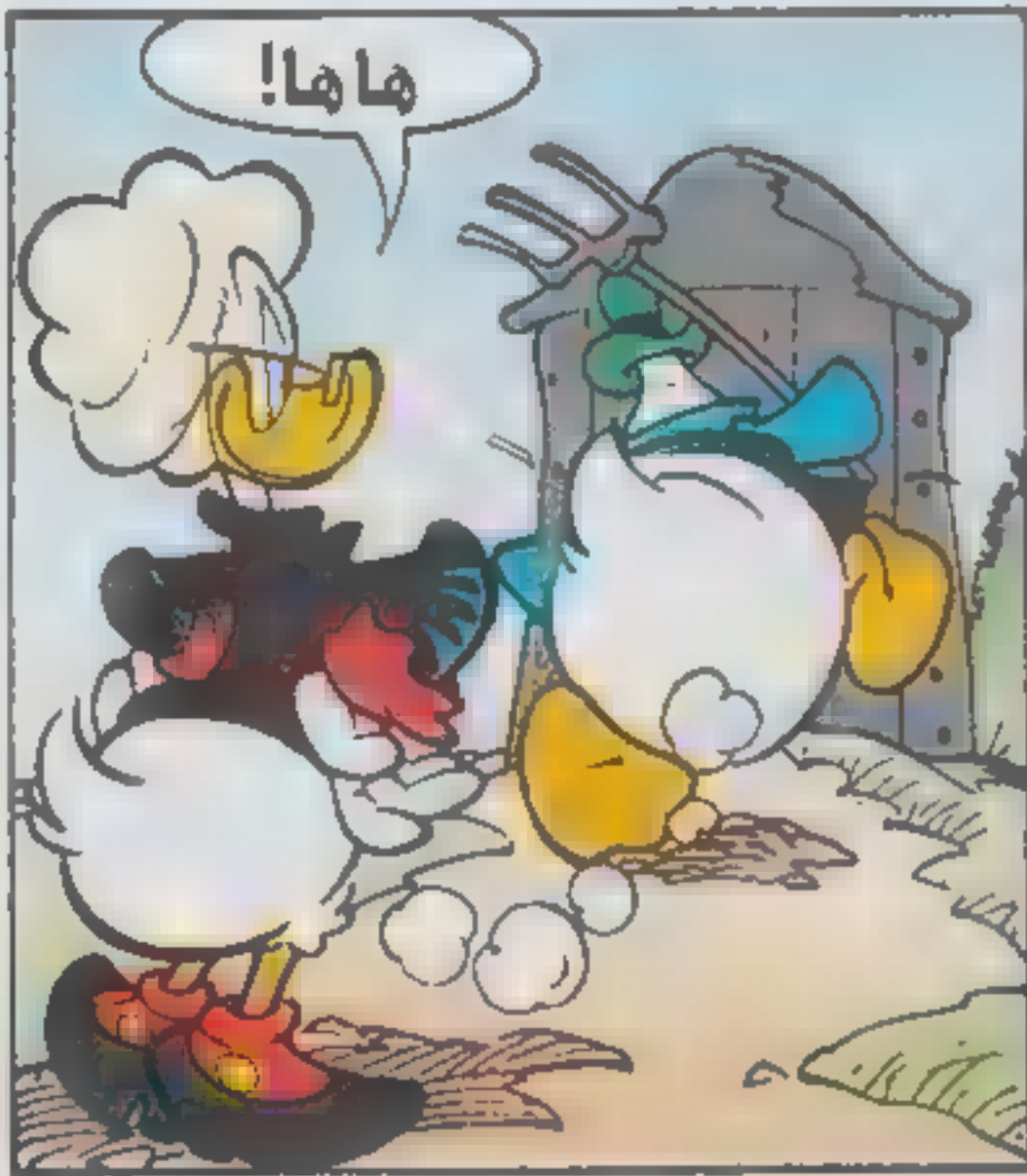
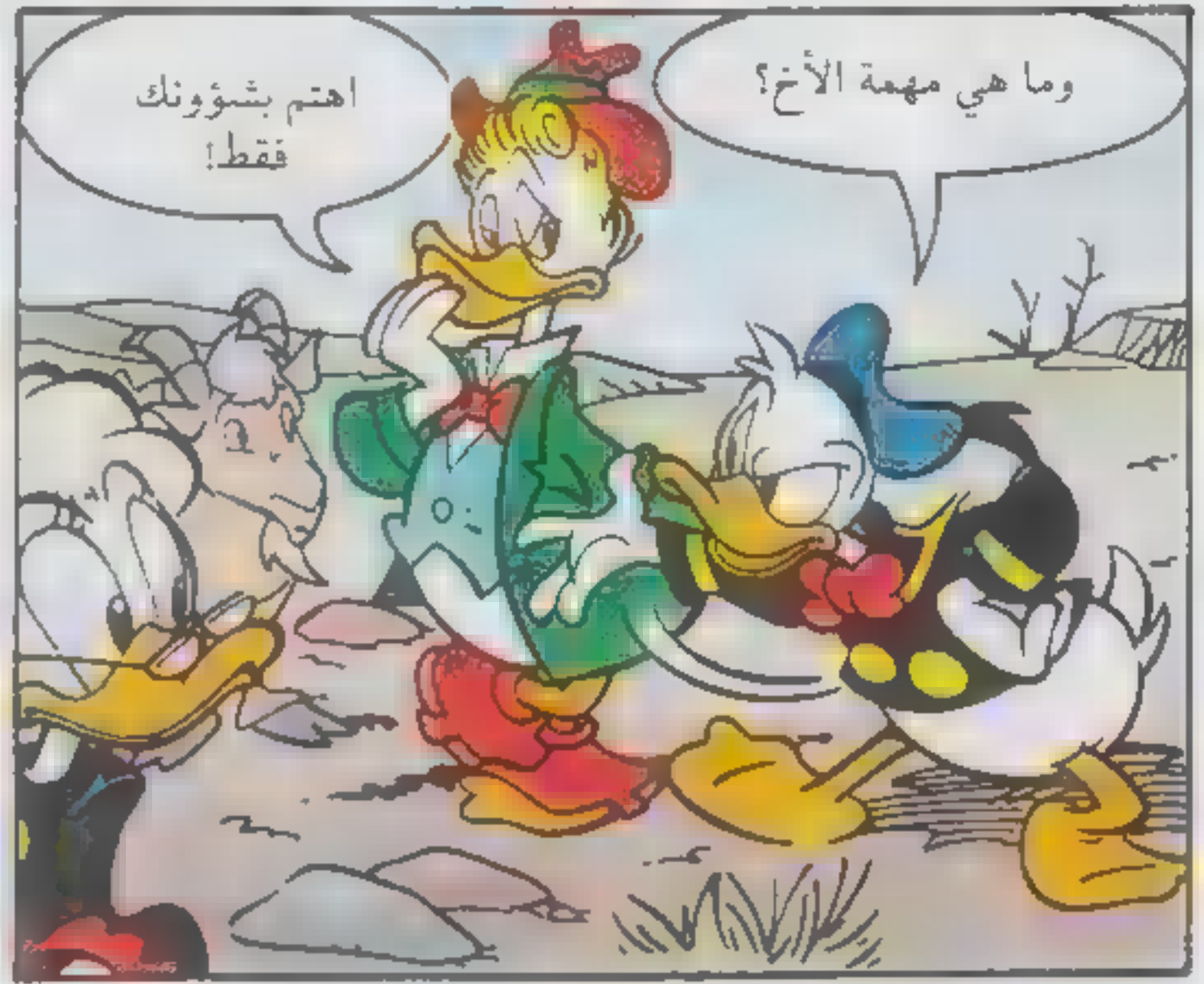




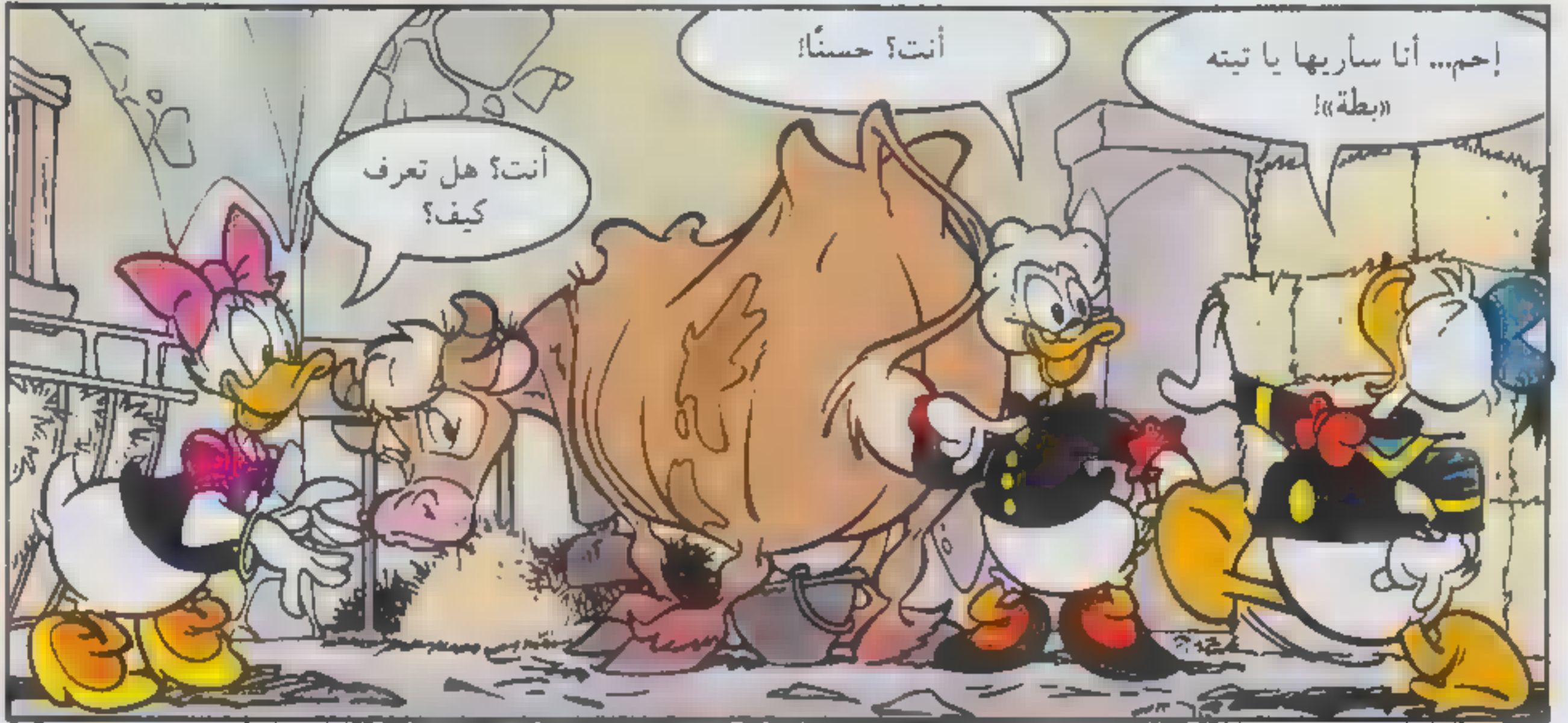


















# عصير الفوخ



مطبخ  
ميني

## والبرتقال والليمون



صديقاتي الحبيبات، ما رأيكن في تناول كوب عصير جديد لذيذ أثناء المذاكرة؟ ليساعدكن على التركيز والاستمرار في مشوار النجاح والتفوق..

إليك هذا العصير هدية مني، أتمنى أن تحبينه.

### المقادير

- ١- ٢٠٠ مل من عصير الفوخ
- ٢- ١٠٠ مل من عصير البرتقال
- ٣- ٥٠ مل من عصير الليمون
- ٤- مياه غازية - سكر حسب الرغبة
- ٥- شرائح البرتقال للزينة

### الطريقة

- ١- يخلط عصير الفوخ والبرتقال والليمون والسكر في الخلاط الكهربائي.
- ٢- يصب العصير في أكواب مع عدم امتلائها حتى الحواف.
- ٣- تضاف المياه الغازية إلى العصير.
- ٤- تزين الأكواب بشرائح البرتقال.



تنبيه: إعداد الوصفات يجب أن يكون بإشراف الكبار ورقابتهم





مكتبة  
رسائل عصرية

# الفراق

صديقتي العزيزة:

إن المشكلات أمر يعاني منه كل شخص، كبيراً كان أم صغيراً. فإذا واجهتك مشكلة فلا تيأسي من إيجاد حل لها. فهذه الصفحة مخصصة لك أنت وصديقات ميني العزيزات للتواصل معاً ومحاولة فهم ما يضايقك وتبسيطه، وإيجاد الحل المناسب له. فلا تترددي أبداً في إرسال مشكلتك وسوف نقوم بنشر الحل المناسب. مع تمنياتي لכן جميعاً بحياة سعيدة وهادئة.

عزيزتي ميني  
أرشديني إلى حل يريحني، فقلقد أحببت صديقة لي في المدرسة وفي آخر يوم للدراسة أخبرتني بأنها سوف تنتقل إلى مدرسة أخرى، ولم أرها منذ ذلك الحين، ولم أسمع صوتها، وأنا أتجرق شوقاً لرؤيتها فأبكي، ولكنني أكف عن البكاء عندما أتذكر وعدي لها بعدم البكاء، ماذا أفعل؟ أرجوك ساعديني وأنا لا أستطيع الاتصال بها لأن هاتفي معطل.

سارة - الرياض

صديقتي الحبيبة: سارة

سعدت كثيراً برسالتك الرقيقة والتي هي دليل على الحب والصداقة المتبادلين بينك وبين مجلتك الحبيبة.

من الواضح أنك رقيقة المشاعر مرهفة الحس لدرجة كبيرة، هذا غير أنني أتمنى فيك طبعاً نادراً هو الوفاء والإخلاص أهنئك على تلك الخصال الجميلة ولكن أرجو أن يتسع صدرك لما سأقوله لك من نصائح قد تكون ترددت على مسامعك كثيراً إلا أنها الحقيقة، فالحياة مستمرة بصديقتك أو بدونها وواقع الأمر أنك لم تفقديها فانتقالها لمدرسة أخرى لن ينهي علاقتكما إن كانت قوية، عليك السؤال عنها بالهاتف (وحتى ولو كان معطلاً، ف قريباً سيتم إصلاحه) وتبادل الرسائل والهدايا في المناسبات، ولا مانع من مقابلتها كل فترة إن كانت تسكن بعيداً عنك، وهكذا ستجدين أنها بجانبك، كما أنصحك بعمل صداقة جديدة ودققي الاختيار، فلا تدعي الفراغ الذي تواجه في حياتك بعد انتقال صديقتك يجعلك تصادقين أي فتاة، والأفضل أن يكون لك أكثر من صديقة وزميلة حتى لا تتأثري ثانية بفراق أحدهن، اعتبري نفسك صديقتي الحبيبة منذ هذه اللحظة، واعلمي أن لي من الصديقات المئات كلهن مقربات إلى قلبي. بالرغم من أنني لم أر معظمهن ولكنني أحببتهم من خطاباتهن ومن إصرارهن على استمرار صداقتنا.

أوصيك بالصبر والجلد ومواصلة طريقك في الاستذكار والنجاح والتفوق، واجعلي هذا البعد أكبر فائدة لكما في تبادل المعلومات والامتحانات والأسئلة المهمة وما إلى ذلك، ولا تتخلي عنها فمن الواضح أنها تحبك كثيراً مثلما تحبينها طالما أنها لا تحب أن تشعر ببكائك أو حزنك.

للمراسلات: الكويت - مجلة ميني - من ب  
٢١٨٠٠٠ الصفحة الزمزم البريدي ١٣٥٧٦ البريد  
الإلكتروني: (E.Mad) kv@alqabaa.com









